洗得到的幸福！

# 天然·滋养·美丽的手工好皂

戒不了的“皂郁症”，所见所闻皆可入皂！

姜饼屋、凡·高星空、蜂蜜蛋糕、欢庆元宵、一叶知秋、日出东方、珍珠绿茶……

100%纯手感，量身打造解决所有肌肤问题！

保护婴儿细致肌肤、夏日易出油出汗、换季时皮肤敏感、寒冬滋养皂……

31款温和典雅的天然手工皂，
营造纯净自适的生活风格！

LOHAS族，
打皂上瘾手作狂，
勤俭持家好妈妈，
绝对会对这本书
爱不释手！



海天出版社（中国·深圳）

许舜欣Annie × 许涵真Jenny 著

洗得到的幸福！

# 天然·滋养·美丽的手工好皂

实用又美观的创意手工皂，让自制的每一款皂都令人爱不释手！

### 激发创造力！

渲染皂、小蜜蜂皂、玫瑰花园、小点心皂、方格皂……

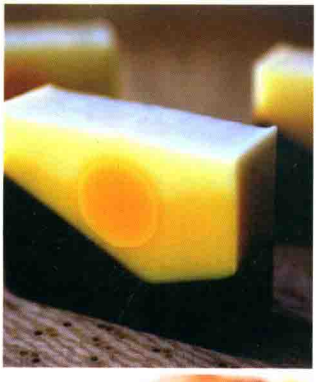
### 探索大自然！

备长炭皂、茜草粉皂、紫草双层皂、黄金皂、乌龙茶皂……

### 家庭小物大变身！

用果冻塑料盒做莓果慕斯、用气泡布做蜂窝皂、用灰色水管做圆形皂、用玩具配件做月球宁静海……

还有随身香芬小物（香砖、护唇膏）以及超别致的礼盒包装教学喔！











营销分类◎19.04家居生活
ISBN 978-7-5507-0952-2
9 787550 709522
定价：38.00元

洗得到的幸福！

# 天然·滋养·美丽的手工好皂

许舜欣Annie × 许涵真Jenny 著

海天出版社（中国·深圳）

图书在版编目（CIP）数据

洗得到的幸福！天然·滋养·美丽的手工好皂 / 许舜欣, 许涵真著. — 深圳 : 海天出版社, 2014.7
（香雅生活）
ISBN 978-7-5507-0952-2

Ⅰ. ①洗… Ⅱ. ①许… ②许… Ⅲ. ①香皂—手工艺品—制作 Ⅳ. ①TS973.5

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第313305号

著作权合同登记号 图字：19-2013-188号
本书中文繁体字版本由城邦文化事业股份有限公司电脑人文化/创意市集在台湾出版，今授权海天出版社在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。该出版权受法律保护，未经书面同意，任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

项目合作：锐拓传媒copyright@rightol.com

**洗得到的幸福！天然·滋养·美丽的手工好皂**

XIDEDAODEXINGFU！TIANRAN · ZIYANG · MEILI DE SHOUGONGHAOZAO

出 品 人 陈新亮
责任编辑 何志红
责任技编 梁立新
封面设计 韩衣非

出版发行 海天出版社
地　　址 深圳市彩田南路海天大厦（518033）
网　　址 www.htph.com.cn
订购电话 0755-83460293（批发）0755-83460397（邮购）
内文排版 深圳市龙瀚文化传播有限公司 0755-33133493
印　　刷 深圳市华信图文印务有限公司
开　　本 787mm × 1092mm 1/16
印　　张 10
字　　数 132千
版　　次 2014年7月第1版
印　　次 2014年7月第1次
印　　数 1—7000册
定　　价 38.00元

海天版图书版权所有，侵权必究。
海天版图书凡有印装质量问题，请随时向承印厂调换。

# 后记

从开始知道要出一本肥皂书，我们姊妹俩傻傻就答应了，却不知道这便开启了我们没日没夜的写书计划。（其实因为美国和台湾地区时差的关系，我们真的是夜以继日地工作着！）

一直以来都习惯一人工作的我们，遇上了要做皂同时又要拍摄的状况，除了使用一些小道具外，小孩、老公、妈妈、朋友都成为照片中出现的那一只手，没有他们的帮助，这本书绝对无法完成，谢谢你们！

就在文字工作快完成的时候，我们最爱的父亲却因病离开我们，没能来得及把这本肥皂书送到他的病榻前读给他听，也不能再和他讨论和肥皂相关的化学问题，实在是件非常遗憾的事。不过我们相信，现在已经在天堂的父亲，一定正在对我们微笑着，并且和以往一样支持我们、爱我们。

谢谢你，老爸。

安妮、珍妮

熔一锅油，加点花草，

做皂每有新意，便欣然忘食。

一对姊妹的手工皂笔记

contents




Chapter 1

## 事前准备工作

必备的基本工具.....12
推荐的选配工具.....15
冷冻纸铺纸技巧.....16

### 准备天然的原料

基础油品.....19
进阶油品.....21
精油.....24
天然色粉.....27
浸泡油.....30
配方公式计算.....37
初学者的配方.....38
不同肤质适合的配方.....39

Chapter 2

## 一起来制皂!

室温制皂法.....45
低温奶皂法.....48
室温奶皂法.....50

Chapter 3

## 创意手工皂!

### 灵感俯拾可得

蜂蜜蛋糕.....55
一叶知秋.....58
欢庆元宵.....61
凡·高星空.....64
日出东方.....68
珍珠绿茶.....72

### 激发创造力

渲染皂.....77
小蜜蜂皂.....80
玫瑰花园.....83
方格皂.....86
姜饼屋.....90
小点心皂.....94

### 探索大自然

备长炭皂.....98
茜草粉皂.....100
紫草双层皂.....102
黄金皂.....106
乌龙茶皂.....110

Chapter 4

# 乐活又环保！

## 家庭用品大变身


莓果慕斯　果冻塑胶盒 ..... 115
蜂窝皂　气泡布 ..... 118
小熊皂　饼干模 ..... 121
圆形皂　灰色水管 ..... 124
涟漪皂　漏斗 ..... 127
花纹皂　蛋糕硅胶垫 ..... 130
宁静海　玩具配件 ..... 133
实用皂模　礼盒 ..... 136


## 手作礼物欢度节庆

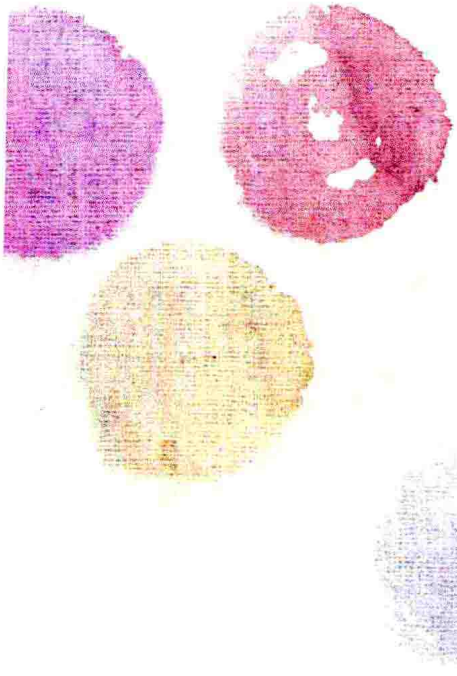

香砖 ..... 140
专属肥皂 ..... 142
爱在心里口难开 ..... 144
护唇膏 ..... 148
手作卡片 ..... 151
礼盒包装 ..... 154






一对姊妹的手工皂笔记

熔一锅油，加点花草，做皂每有新意，便欣然忘食。



洗得到的幸福！

# 天然·滋养·美丽的手工好皂

许舜欣Annie × 许涵真Jenny 著

海天出版社（中国·深圳）

# 创意的种子

Whatever you do, do it heartily, as to the Lord.

我相信，保有创意是维持活泼生命的原动力。

当我们回顾原生家庭时，发现其实很多创意的种子，在我们姊妹俩成长的过程中就已经种下了。

我们在台南市成长，那是个阳光充足且空间辽阔的地方。父母亲在高中教书，我们小时候就是在美丽的校园到处探险玩耍长大的。母亲是家政老师，我一直觉得那真是个非常有趣的科目，“动手做东西”成为我们从小在家最常做的事，这也促使我们对手工作品抱持特殊的偏好。

小朋友对于抽象的东西还无法理解时，实际用手和五官去接触、体验，就足以引导他们进入另一个缤纷世界。妈妈喜欢玩东玩西，于是我们就跟着玩。做馒头、水饺时，我们也跟在旁边随意捏一些小猪、小狗造型，就像是在玩黏土一样，而且妈妈一点也不介意让这些杰作入锅。另外，像是纸黏土、毛线编织等手工艺，我们一定也会凑热闹。

如果说是妈妈带领我们进入五花八门的手作世界，那么应该就是当化学老师的父亲引领我们进入科学的神秘世界。上高中之后，我们姊妹俩不约而同选择自然组，虽然后来我们的专业和化学无关，但是竟然在多年之后，我们不约而同爱上手工皂这个结合创意和化学的有趣实验。或许是巧合，也或许是环境熏陶，如今我们能够做自己喜欢做的事，且乐在其中，真要谢谢爸爸妈妈的陪伴和支持。

后来我们才知道，原来手工皂和我们高中化学课进行的肥皂实验不太一样！手工皂保留了油和碱皂化反应自然产生的所有产物——肥皂和甘油；而市售肥皂就像高中的实验一样，把真正保湿精华——甘油——用盐析出来，卖到工厂制成化妆品原料，而留下来的肥皂只是空有洗净力却没有保湿滋润感的副产品而已。而且手工皂排出的废水可以让微生物分解，不会产生像壬基苯酚的有毒物质，这么天然又环保的好东西，一定要好好介绍给大家。

## 姐姐安妮说……

尚未接触手工皂以前，我常大言不惭地称自己为环保达人，基本的“Reduce，Reuse，Recycle”有认真地贯彻执行，在政府强制推行环保购物袋前，我就已经自备购物袋逛街，而且把超市装蔬果的小塑胶袋清洗晾干后再使用，此外，用来代步的爱车就是环保人士最爱的油电混合车。

原以为自己已经做得很好了，直到妹妹跟我介绍手工皂，说明它对皮肤以及环境的友好，我才知道平常使用的一般清洁剂对环境造成多大的危害，因为其中的接口活性剂不能被自然界的微生物分解，是危害生态和健康的“环境荷尔蒙”！每当想到从我家排水管流出这么多危害环境的物质，心中可说是充满了愧疚啊！有了这样的认知后，我开始使用手工皂，也在妹妹的熏陶之下，开始做手工皂，从此跌入无可自拔的制皂生活。

我发现，从皂的作品可以看出创作者的个性。我是个龟毛的完美主义，线条一定要笔直，圆形绝对不能是椭圆，角度跟力道要算准。而妹妹的个性则是自由奔放，她的随意挥洒，每每为肥皂带来不凡的生命力，天然染色的素材是她的调色盘，皂是她的画布，在看似平凡的颜色里，调理出不落俗套的色泽，留下的，就是令人激赏的无限感动。

我们没有办法复制对方的风格，所以我们只能互相欣赏，甚至是崇拜。每次她有新作品，我总是想，她是怎么办到的？

## 妹妹珍妮说……

相见恨晚的手工皂。

可能是家族遗传，我们全家人的皮肤都很干燥，每年冬天得和冬季痒抗战，乳液换了数不清的品牌，严重时还是要擦药。小时候是用市售的香皂洗澡，越洗越干，以至看到香皂很害怕。后来大家流行沐浴乳，可是洗完却有种冲不干净的感觉，而且身体擦干之后还是痒，所以沐浴乳的品牌也是换了又换，始终在寻找比较适合自己的清洁用品。

后来，结婚生了孩子，发现小孩也遗传了这样的体质，满月之后全身红疹，被医生宣判是异位性皮肤炎，看到孩子这样痛苦，我们也很难过。有一次和网友聊天时，她告诉我可以试试看手工皂，还寄给我一块她做的小肥皂，我半信半疑地试洗之后，发现真的不一样！泡泡柔细不干涩，冲洗一次就可以很干净，擦干之后，皮肤竟然摸来滑滑的，好像擦过乳液一样，我知道这就是我长久以来寻找的好物。

我和姐姐安妮虽然相差三岁（安妮OS：一定要写得这么明白吗？……），但是感情很好，无话不谈。只是上大学开始，大家就各奔东西，甚至还分隔在台湾地区和美国硅谷，实在没有很长的时间相处。2006年的夏天，我们隔了好久终于又聚在一起了。那时候还在硅谷上班的她告诉我她想学手工皂，于是我就教她做，本来以为她只是玩玩而已，没想到越来越认真，甚至后来竟然决定提前退休进入手工皂的世界，手工皂的魅力真是无限啊！

我们在美国时研究肥皂的做法和配方，也讨论了许多对于未来的计划和梦想。既然手工皂对我们来说这么好用，又对地球环境和身体健康有很多好处，我们决定一起做肥皂，当作乐趣，也是一份志业。

安妮是标准处女座之龟毛女，这种人来做肥皂真是再适合不过了。她善于计划而且要求非常精准，所以每一次做皂她要画草图，把步骤写下来，甚至连每一部分的皂液或皂块都要量好重量才倒入模型，如此精准的过程，才能造就出许多让网友惊叹不已的创意肥皂，让我都自叹不如！

每天早上，打开电脑我们姊妹就会透过skype打招呼，我们最常打招呼的方式就是“你今天做皂了没？”虽然我们姊妹没有办法相聚在一起，但透过手工皂，这就是我们互相表达思念的方式吧！

contents




Chapter 1

# 事前准备工作

必备的基本工具.....12
推荐的选配工具.....15
冷冻纸铺纸技巧.....16

## 准备天然的原料

基础油品.....19
进阶油品.....21
精油.....24
天然色粉.....27
浸泡油.....30
配方公式计算.....37
初学者的配方.....38
不同肤质适合的配方.....39

Chapter 2

# 一起来制皂!

室温制皂法.....45
低温奶皂法.....48
室温奶皂法.....50

Chapter 3

# 创意手工皂!

## 灵感俯拾可得

蜂蜜蛋糕.....55
一叶知秋.....58
欢庆元宵.....61
凡·高星空.....64
日出东方.....68
珍珠绿茶.....72

## 激发创造力

渲染皂.....77
小蜜蜂皂.....80
玫瑰花园.....83
方格皂.....86
姜饼屋.....90
小点心皂.....94

## 探索大自然

备长炭皂.....98
茜草粉皂.....100
紫草双层皂.....102
黄金皂.....106
乌龙茶皂.....110

Chapter 4

# 乐活又环保！

## 家庭用品大变身


莓果慕斯　果冻塑胶盒 ..... 115
蜂窝皂　气泡布 ..... 118
小熊皂　饼干模 ..... 121
圆形皂　灰色水管 ..... 124
涟漪皂　漏斗 ..... 127
花纹皂　蛋糕硅胶垫 ..... 130
宁静海　玩具配件 ..... 133
实用皂模　礼盒 ..... 136


## 手作礼物欢度节庆


香砖 ..... 140
专属肥皂 ..... 142
爱在心里口难开 ..... 144
护唇膏 ..... 148
手作卡片 ..... 151
礼盒包装 ..... 154

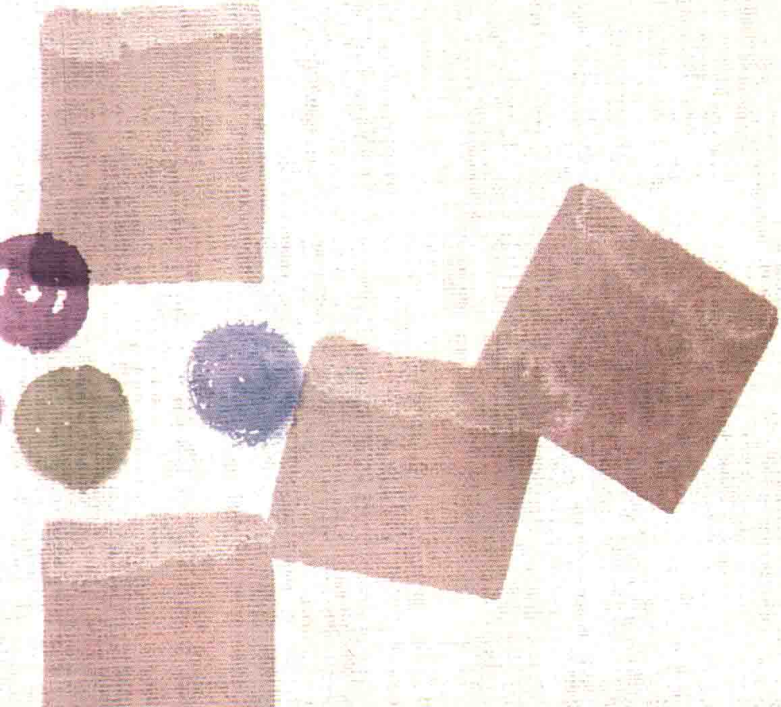





Chapter 1

# 事前准备工作

**工欲善其事，必先利其器。**



## 必备的基本工具

制作手工皂，完全不需要工厂级的设施或工具，只要用一般家庭厨房现有的道具就可以操作啰！这些基本工具都非常简单且容易取得，通常在一般商店、五金行就可以买到了，以下就为您一一介绍。

### A 不锈钢锅

不锈钢的材质稳定，不容易起反应。制作手工皂时，虽然采用的是室温低温的冷制法，但还是会有放热反应，所以建议使用最耐热、耐碱的不锈钢材质的锅具。

当然，如果家里有些接近报废的锅具，也可以退休下来做皂，顺便可以废物利用实践环保。


A

### B 不锈钢杯＋盖子

用来溶解氢氧化钠的容器。


B

### C 搅拌器

最基本的搅拌工具，可以和电动搅拌器交互使用，但大部分还是以此为主要搅拌工具。


C

### D 温度计两支

测量温度达100℃的酒精温度计，用来测量油脂与碱液的温度，五金行或药店都有销售。


D

## E 电子秤

建议选用可以重新归零的一般烘焙用电子秤，最小单位为1克，最大承重至少5千克。油量若提高，须注意锅重和油重总重量不宜超过限重，以免前功尽弃。


E


F-1


F-2

## F 模型

模型分很多种，依材质分有硅胶模、木模、亚克力模、塑胶模……

依尺寸分有吐司模、造型模、渲染模……

1. 造型塑胶模便宜，但寿命不长，脱模时需要使用冷冻法，这样脱模才能脱得好看，是让人又爱又恨的模。
2. 渲染模可以切出漂亮的渲染切面，也可以做出不同方向的皂，是我们最爱用的万用模。
3. 吐司模使用方便，切皂容易，绝对是必备的模具。
4. 硅胶造型模价格不菲，但可以呈现很精细的纹路，是会让人忍不住败家的模具。
5. 木模使用起来很方便，须搭配冷冻纸，可以快速移模。尤其是敲气泡时，可以整个拿起来敲，是我们使用率最高的模型。


F-3


F-4



F-5

市售的酸奶或果冻也有造型可爱的盒子，可以把盒子洗净后来当小皂模。

利用不同的模型可以创造出不同惊喜的创作，但是建议购买时还是要再三考虑，以免越买越多喔！



## G 围裙

搅拌时要避免被溅出的液体喷到，
围裙和长袖上衣请不要省略。

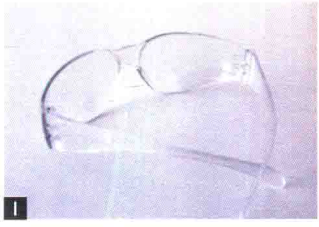






## H 手套

一般厨房用塑胶手套即可，可以方便穿脱的尤佳。棉布手套易渗入液体，因此并不适合。




## I 护目镜

保护灵魂之窗免受到强碱液体和气体的危害，如果有戴眼镜就戴眼镜即可。



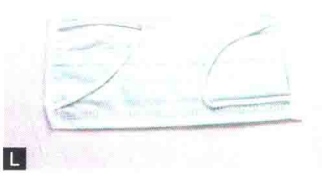

## H 刮刀

入模和搅拌时用来将锅边的皂液刮干净，最好买一体成型的刮刀，便于清洗。




## K 量杯

调色用，最好具备尖嘴，这样比较容易使用。




## L 口罩

强碱和水混合时，会产生高温且具腐蚀性的蒸气，除了要打开抽风机并且身处通风良好的环境下，口罩是绝对必要的保护。

# 推荐的选配工具

选配工具可以让手工皂的制作更为方便，成品也更加美观，若想升级的话，可以考虑选购。

## A 电动搅拌器

这是打皂者的救星，有效且大幅缩短搅拌的时间。必须注意的是，不宜使用过久，须和打蛋器交互使用，才能打出质地均匀细致的皂液，否则可能会overtrace，造成皂液结块不均匀。


A

## B 修皂器

脱模之后的肥皂如果需要修整造型，可以使用肥皂专用的修皂器。


B

## C 切皂器

想要将肥皂切得平整好看，绝对需要一台好用的切皂器，我们特别推荐钢弦切皂器。


C



## D 晾皂架

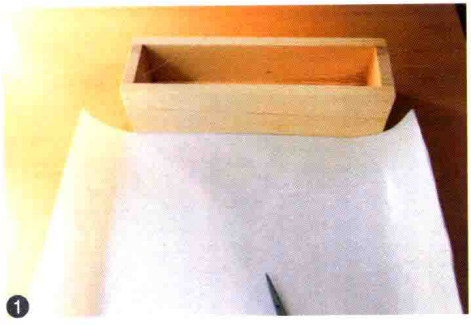
脱模后的手工皂需要放置在通风、阴凉、干燥的地方，等待30天以上的皂化阶段，一个空间足够的晾皂架是必需的。我们的晾皂架是改造彩色抽屉柜而成的，非常通风好用。

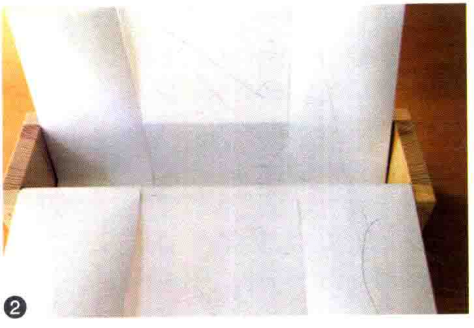

D

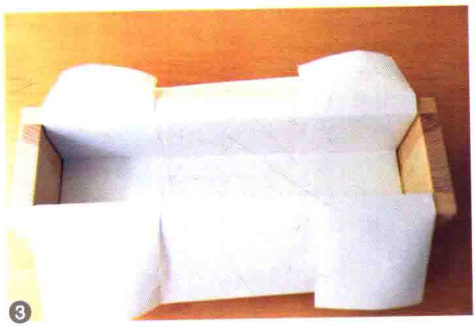
## 冷冻纸铺纸技巧

利用冷冻纸来帮助脱模的方法，可以将许多随手可得的盒子化身为皂模。像是旧的抽屉、鞋盒、饼干盒等等，不一定非得要有特定的皂模才可以做皂。所以熟悉以下冷冻纸的技巧，可以更方便活用身边找得到的盒子，展现做皂人资源再利用的环保精神。也可参考第136页如何将现成的礼盒变身为皂模的实际范例。

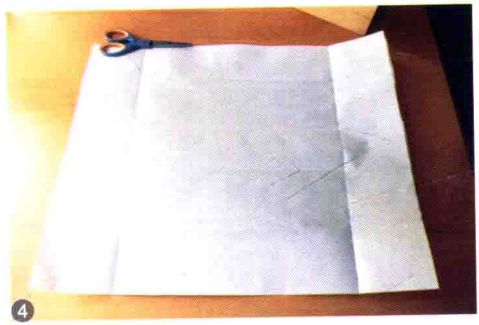
1. 先裁剪跟木模大小合适的冷冻纸。
2. 沿着木模的宽边，折入冷冻纸。
3. 将折好的冷冻纸放入木模里，沿着木模的底部，折出长边。
4. 最后折出木模的高和厚度。
5. 将冷冻纸拿出来，沿着折痕剪出图示黑线的部分。
6. 把剪好的冷冻纸放入木模中，再用橡皮圈或胶带固定好即可。


1

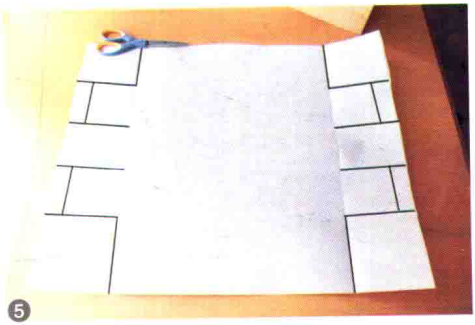

2



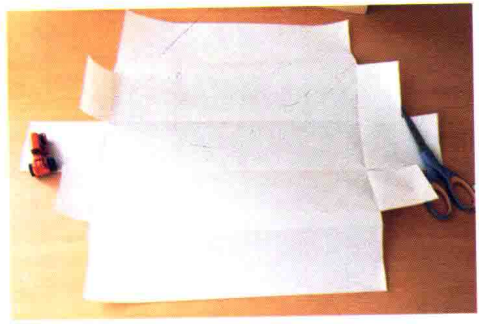
3

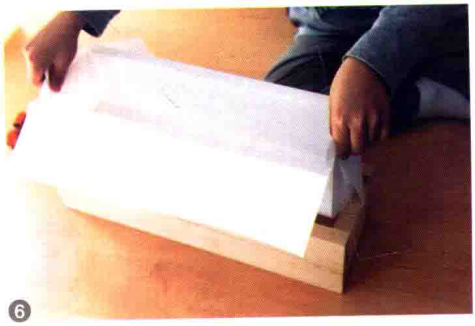


4

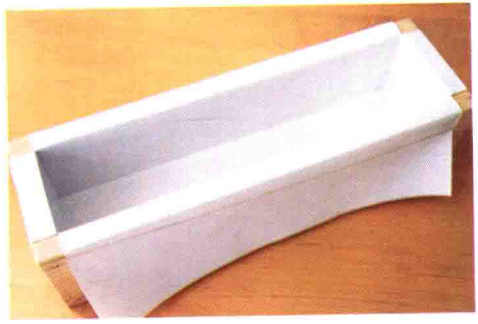


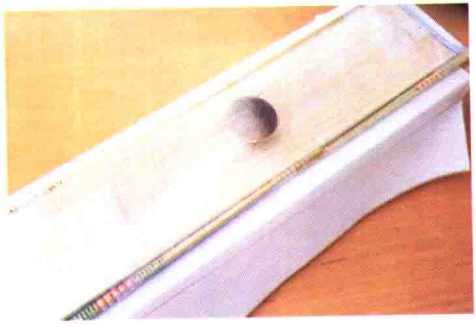
5

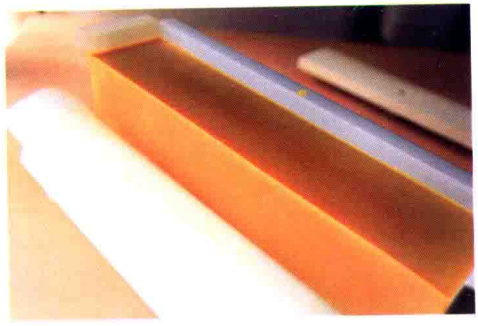




6







## 准备天然的原料

准备好基本工具后，就可以开始做肥皂了吗？
不不不，我们还没买好原料呢！

做肥皂最基本的原料就是要有油和碱。如果要增加香味，就要买精油；如果还想要有颜色的变化，就要买天然色粉和干燥花草制作浸泡油。

碱有很多种，手工皂是使用氢氧化钠，一般的化工材料行就有卖。

至于油则分有许多种类，所以接下来我们会详细介绍比较常用到的植物油脂，这些油品的特性和稳定性都是我们相当推荐的。当然，必须是好的油品供货商，才能确保好的油品质量。

## 基础油品

这些油在一般超市通常就买得到，而且只要有这些油就足以做出一块又滋润又有泡泡的好肥皂。非常适合还不想买太多材料的初学者使用。如表1－1。

表1—1

| 油品 | 特性 | 建议 |
| --- | --- | --- |
| 橄榄油<br>( Olive Oil ) | 成分有单不饱和酸，多不饱和酸、饱和脂肪酸、蛋白质<br>不同精炼程度分为Extra Virgin、Virgin、Pure、Extra Light、Pomace几个等级，手工皂制作使用Pure等级的就好<br>做出的肥皂因为含有高比例油酸和蛋白质、维生素、矿物质，特别是天然角鲨烯，可以保湿并修护皮肤，因为特别滋润，很适合敏感及异位性皮肤炎患者，需搭配硬油使用 | 建议一般肌肤25%～70%<br>干性肌肤30%～100%<br>油性肌肤5%～25% |
| 椰子油<br>( Coconut Oil ) | 富含饱和脂肪酸<br>在摄氏20度以下会呈固态，可隔水加热使之融化<br>做出的肥皂具有很强的洗净力，颜色雪白、泡沫多、质地硬<br>这是做肥皂不可缺少的油脂，不过洗净力很强会让皮肤感觉干涩，所以使用分量不宜过高 | 建议一般肌肤10%～15%<br>干性肌肤10%以下<br>油性肌肤20%～30%<br>家庭清洁用可到100% |

续表

| 油品 | 特性 | 建议 |
| --- | --- | --- |
| 棕榈油<br>（Palm Oil） | 含有相当高的棕榈酸及油酸，含有比其他植物油高的抗氧化成分棕榈油在秋冬气温下降时会呈现固态，可隔水稍微加热使之融化。棕榈油依萃取精炼方式不同，有白棕榈油、红棕榈油等不同颜色的油。做出的肥皂，不易氧化酸败，清洁力好，又硬，泡沫少，一般要和椰子油配合 | 建议一般肌肤15%<br>干性肌肤10%以下<br>油性肌肤20%～30%<br>建议选用白棕榈油增加硬度 |

## 进阶油品

当基础油的洗感已经无法满足你，可以试着采购一些进阶的油品，体会不同配方的肥皂带来的不同感受，相信你一定会爱上这个实验。如表1－2。

表1—2

| 油品 | 特性 | 建议 |
| --- | --- | --- |
| **蓖麻油**<br>（Castor Oil） | 是特有的蓖麻酸醇<br>黏稠，对头发有柔软的效果<br>做成肥皂能产生又细又绵密的泡沫，还会有点透明感 | 建议用量5%～10%即可，不建议高比例使用，因为会使肥皂软烂，不方便使用 |
| **甜杏仁油**<br>（Sweet Almond Oil） | 含维生素A、$B_1$、$B_2$、$B_6$、E，蛋白质，脂肪酸，是清爽不油腻的亲肤性的基础油<br>做出来的肥皂很保湿，适合干性、敏感性肌肤，能产生蓬松细致的泡沫 | 成本考虑，建议用量5%～30%即可做出很有质感的皂 |
| **芥花油**<br>（Canola Oil） | 60%含量为不饱和脂肪酸。安定性高、价格便宜、容易取得，泡沫稳定、滋润度高。做出来的肥皂泡沫稳定且保湿，必须配合其他硬油使用 | 硬度考虑，建议用量是5%～20% |
| **米糠油**<br>（Rice Bran Oil） | 含有丰富的蛋白质、维生素、固醇、角鲨烯等。适合皮肤容易有湿疹的人使用。做出来的肥皂起泡佳、清爽、保湿 | 建议用量5%～20% |

续表

| 油品 | 特性 | 建议 |
| --- | --- | --- |
| **苦茶油**<br>（Camellia Oil） | 含有丰富的蛋白质，维生素A、E，日本称为椿油，台湾地区称苦茶油。对于皮肤及头发具有滋补、保护的作用。做出来的肥皂适合洗发 | 基于成本考虑，建议用量5%～30% |
| **棕榈核油**<br>（Palm Kernel Oil） | 含丰富维生素A和维生素E等抗氧化物质。此油常代替椰子油使用，做出来的肥皂温和、洗净力强、硬度够且泡沫多 | 建议用量5%～20% |
| **红棕榈油**<br>（Carotino Palm Oil） | 含丰富天然的胡萝卜素和维生素E等抗氧化物质，此油不易氧化酸败，适合在高温下使用，可代替棕榈油使用 | 建议用量30%以下，完成的肥皂呈现漂亮的黄色 |
| **酪梨油**<br>（Avocado Oil） | 含有维生素A、D、E，卵磷脂，钾，蛋白质与脂酸。做出来的肥皂能深层穿透软化肌肤，营养度极高，有软化及治愈皮肤的功能，适合婴儿及过敏性皮肤的人使用 | 建议用量5%～15%，用未精制的酪梨油可以做出绿色皂 |

续表

| 油品 | 特性 | 建议 |
| --- | --- | --- |
| 乳油木果脂<br>（Shea Butter） | 取自有“青春之树”美誉的乳油木树<br>很早以前就有人直接将乳油木果脂拿来涂抹于肌肤与头发。做出来的肥皂质地坚硬，泡沫也很细致，是做肥皂的高级素材 | 成本考虑，建议用量5%～20% |

除以上的列表之外，事实上还有相当多的油品没有介绍，例如杏桃仁油（Apricot Kernel Oil）、榛果油（Hazelnut Oil）、金黄荷荷芭油（Purcell Natural Jojoba Oil-Golden）、澳洲胡桃油（Macadamia Nut Oil）、美洲胡桃油（Pecan Oil）、开心果油（Pistachio Oil）、小麦胚芽油（Wheat Germ Oil）、玫瑰果籽油（Rosehip Seed Oil）、冷压覆盆子籽油（Red Raspberry Seed Oil）、夏威夷果油（Kukui Nut Oil）、冷压月见草油（Evening Primrose Oil）、葡萄籽油（Grape Seed Oil）、葵花油（Sunflower Oil）、芝麻油（Sesame Seed Oil）、大豆油（Soybean Oil）、可可脂（Cocoa Butter）、白油（Shortening）、蜂腊（Beeswax），等等。

开发新的配方时，引进新的油品，要特别注意是否容易酸败、洗感好不好等因素，成本也要计算在内，建议一开始可以先从小量试做。



## 精油（Essential Oil）

喜欢手工皂的朋友，许多都是被精油的香味吸引而来的。

使用手工皂洗澡，随着热水的温度可以带出舒服的熏香气味，而且就医学的角度来看，精油对身心灵有很好的疗效。

精油是由各种天然植物萃取提炼其精华而来的，依不同植物可供萃取有效成分的部位不同，利用蒸馏、脂吸、冷压、浸泡等方式取得，例如玫瑰精油是取自花，茶树精油是取自叶，甜橙是取自果皮。不过，由于许多精油的价格非常昂贵，而且精油入皂时会因为碱度尚高，有部分精油会消耗掉，因此精油添加的量就要酌量提高，同时也对成本带来极大影响。

很多人改以香精取代精油，借此降低成本。香精是由人工合成的合成物，对化学物质过敏的人并不适合，而且有些廉价的香精闻久了，还真的有点不舒服。

因为手工皂本身是由天然油脂做成，如果完全不加香料，闻起来的味道就只有油的天然味道，对于使用者的吸引力并不大，只是还是要注意，即使是添加精油的手工皂，对于过敏性皮肤还是会有刺激，而且孕妇使用时也要尽量小心。

有些精油非常贵，但味道非常淡，这类精油就不推荐入皂。精油也分有许多等级，请挑选真正的纯精油，但是不需要用到熏香等级的精油。以下是我们比较喜欢使用的精油。如表1－3。



表1—3

| 精油 | 功效 |
| --- | --- |
| 大熏衣草<br>( Lavandin-Grosso ) | 对心脏有镇定效果，可降低血压、抚平心悸，并可改善失眠，除此亦可清净空气、驱逐蚊虫、帮助细胞再生、改善微循环、增加皮肤光泽和弹性 |
| 甜橙<br>( Orange-Sweet ) | 能增加皮肤与头发的光泽，能促进发汗，可帮助阻塞的皮肤排出毒素。能有效改善干燥皮肤、皱纹及湿疹，是很优的护肤油 |
| 薄荷<br>( Peppermint ) | 止痛、麻醉、退乳、抗菌、消炎、促进出汗、收缩血管。可预防感冒，并有助于呼吸道问题的改善，对于呕吐、腹泻、便秘及胀气亦有疗效。收缩微血管、缓解皮肤灼伤、安抚愤怒、抗晕、缓解沮丧 |
| 尤加利<br>( Eucalyptus ) | 杀菌、减缓发炎现象。可舒缓感冒、喉咙感染、咳嗽、鼻窦炎、气喘。可消除体臭及降低体温，对脓疮炎症有疗效，抗风湿止痛 |
| 玫瑰天竺葵<br>( Geranium ) | 止痛、抗凝血、抗忧郁、抗菌、增加细胞防御功能、利尿、除臭。可抚平焦虑、沮丧，提振情绪、促进血液循环。调节荷尔蒙、改善更年期症状 |
| 葡萄柚<br>( Grapefruit ) | 抗沮丧、抗菌、利尿、消毒。可提振精神，减轻压力，同时它亦可开胃并调节消化系统，还可减轻偏头痛。 |
| 柠檬香茅<br>( Lemongrass ) | 摆脱忧郁的感受，能消除精神疲劳与压力。有杀菌与除虫的特性，能消除外在环境中的尘螨、细菌与异味。也能提振身体的活力，对香港脚与其他皮肤霉菌也十分有帮助 |
| 迷迭香<br>( Rosemary ) | 预防皱纹、紧实肌肤、舒缓头痛、去暗疮、减肥、去头屑，活化脑细胞、使头脑清楚、增强记忆力、改善晕眩，亦可改善气喘、支气管炎及感冒 |

续表

| 精油 | 功效 |
| --- | --- |
| 茶树<br>（Tea tree） | 抗瘙痒、抗病毒、杀菌，亦可促进发汗。可使头脑清新、恢复活力并可帮助免疫系统增加抵抗力。止痛、抗沮丧、抗痉挛、抗蛇毒。可帮助胃肠消化、治头痛及偏头痛，并能减轻过敏症状、振奋精神。抗酸、抗硬化、抗神经痛、抗风湿、利尿、止血、利肝、降低血糖。烦躁时，可带来清新感觉帮助澄清思绪，并可活化红细胞减轻贫血的状况，并刺激白细胞活跃免疫系统。净化油脂、缓解粉刺发炎、治感冒、缓解女性炎症 |
| 3%玫瑰<br>（Rose） | 抗忧郁、消炎、催情、利胆、净化、利尿、镇静、通经。可平抚情绪、提振心情、舒缓神经紧张和压力、调节月经周期、增加男性精力，对性冷感与性无能有帮助，可释放一种使人快乐的荷尔蒙多巴胺（Dopamine）。美白、去黑头、提高性欲 |
| 雪松<br>（Cedarwood-Red） | 消炎、抗菌、除臭、消毒、化痰、舒缓鼻塞、提神、恢复体力并可促进发汗。对于感冒、支气管炎及喉炎、肾炎、肝炎、痛风、关节炎有舒缓症状的作用，而湿疹及干癣亦可经由按摩得到改善 |
| 伊兰<br>（Ylang） | 适合在容易兴奋的情况下使用，可调节肾上腺分泌，放松精神，使人感到欢愉，其特点是抗沮丧及催情，平衡油脂分泌、收敛毛孔、保湿、减压 |
| 佛手柑<br>（Bergamot） | 止痛、抗菌、促进伤口愈合、兴奋、除臭、化痰、退烧、杀菌、利胃。能减轻消化器官的疼痛、消化不良及食欲不振，对于感冒及支气管炎有舒缓症状的作用 |

## 天然色粉（花草粉／色粉）

一开始做手工皂，我们就笃定要做“真的”“天然的”，所以虽然看到坊间售有许多漂亮的皂用色粉，不但颜色鲜艳又不易褪色，还真的有点心动，不过冷静想想，毕竟肥皂是要用在家人身上，还是坚持用朴实简单的材料。

添加花草粉和色粉的目的，通常是为了增加肥皂的色彩，或是为了草本植物本身的效用。添加的时机是在trace时添加，最好过筛并充分搅拌到颜色均匀为止。

天然色粉通常来自大自然的植物或矿物，例如红石泥粉就是来自澳洲的赤铁矿，而粉红石泥就是赤铁矿再加上白岭土，备长碳粉就是备长碳磨成的细粉。

选用粉类添加入皂，一定要选择非常细致的粉末，这样洗起来才不会有颗粒感。如果不小心买到粉末不够细的产品，建议改用于浸泡油的制作会比较好。

从一开始做皂到现在，我们使用过非常多的香草粉来入皂，不过最后比较常用的也就只有几种。以下几款是我们推荐的香草粉／色粉，不但有漂亮的颜色，而且溶解度高，可以快速搅拌均匀。如表1－4。

表1—4

| 种类 | 功效 | 成品 |
| --- | --- | --- |
| 圣约翰草<br>( St. John's Wort ) | 在欧洲通常被用来作为抗忧郁、焦虑、失眠的草药。对皮肤有杀菌能力，能舒缓皮肤炎 |  |
| 红石泥<br>( Red Clay )<br> | 含有丰富矿物质，可使皮肤恢复光泽 |  |
| 粉红石泥<br>( Pink Clay )<br> | 保湿紧实肌肤，软化皮肤角质，适合各种肌肤 |  |
| 红曲粉<br>( Monacolins )<br> | 具有天然抗氧化、增加血液循环的效果 |  |
| 茜草粉<br>( Madder Root )<br> | 茜草根自古为天然植物染料来源，对金黄色葡萄球菌的生长有抑制作用，具杀菌消炎作用，能抑制皮肤结缔组织的通透性，并可以活血去瘀。通血脉，利关节，对于治疗瘀血、跌打损伤、风湿痛有效果 |  |

续表

| 种类 | 功效 | 成品 |
| --- | --- | --- |
| 备长碳粉<br>( Bincho Charcol )<br> | 深层清洁毛孔，易吸附油脂脏污异味，调节油脂分泌 |  |
| 玉容粉<br>( Yurong Powder )<br> | 玉容粉是慈禧太后用来治疗脸部黑斑、粗糙、保持美白的宫廷秘方。玉容粉的成分包括：白扁豆、防风、独活、羌活、檀香、白牵牛、白蔹、白僵蚕、荆芥、白附子、白细辛、甘松、白芨、白莲蕊、白茯苓、白芷、白术、白丁香、珍珠粉 |  |
| 艾草粉<br>( Wormwood )<br> | 被称为“医草”，民俗主要诉求为避邪、平安用，并帮助睡眠。净化与增血功能，可抗过敏及末梢血管扩张 |  |
| 珍珠粉<br>( Pearl Powder ) | 含有肌肤需要的多种矿物质、微量元素、氨基酸，使肌肤抗氧化，延缓老化，促进新陈代谢 |  |

## 浸泡油



所谓浸泡油是指让花草借由浸泡在油中的方式，释放出有益的物质。这些浸泡油可以用来做成一些护肤产品，像是乳液、唇膏、软膏等等，或是当成手工皂的原料之一，让手工皂有更多色彩的变化，洗感更加分！

制作浸泡油的方式可分为冷浸泡和热浸泡两种。

先来说说一般常见的冷浸泡。

先选一个干净的广口玻璃瓶，倒入适量干燥的花草，大约是1/3至1/2的瓶子大小的量。再加入单一的油品，像橄榄油、甜杏仁油、葵花油等等都可以。然后用筷子轻轻搅，确定所有的气泡都出来，而且所有的花草都有浸泡在油里，这样才不会有滋生霉菌的危险。盖上盖子，贴上标签注明花草材料、用油和日期。放在窗边或温暖的地方。第一个星期每天稍微摇晃一下（不要产生气泡），然后继续浸泡至少三至六星期就可以用了。



1



2



3



4

我一般会把花草用磨咖啡豆机磨碎，或是直接买磨碎的花草粉，这样浸泡的效果比较好。把花草粉加入1/5瓶子大小的量即可。



❶



❷



❸

热浸泡是用隔水加热的方式，让花草的精华和色泽比较快速地散发出来。因为需要几个小时在热水里，所以用慢炖锅（Crock Pot）是很适合的。如果没有慢炖锅的话，在炉子上用小火隔水加热也OK。把装花草和油的玻璃罐泡在水里，水面离罐口1～2厘米，用小火慢慢煮3～5个小时。等凉了后就可以过滤了。如果是当天要用来做皂的话，可以用新鲜的花草来做热浸泡。



不管冷浸泡或是热浸泡，最后都需要过滤浸泡过的花草。可以用咖啡的过滤纸叠上一个细目的金属过滤网，或是用棉布(cheese cloth)来过滤。



1



2



3



4



5



6

还有一种懒人法，就是将花草粉放入茶包，用熨斗封口后整包放入油罐中做冷浸泡或热浸泡。这种方法过滤就很容易了，只要把茶包捞出来即可。



1



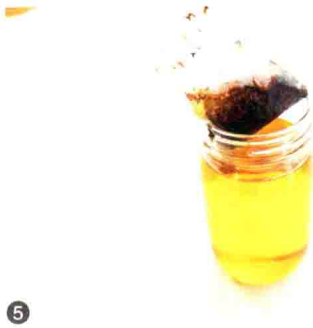
2



3



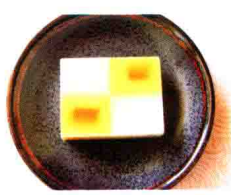
4



5

## 几种花草的浸泡油列表：

表1-5

| 种类 | 功效 | 成品 |
| --- | --- | --- |
| 紫草 | 紫草对皮肤有舒缓、修复跟消炎解毒的抗菌功能，尤其适合一般的皮肤问题，像是容易长痘痘的肌肤、痘疮、发炎、湿疹等，促进肌肤修护更新<br>紫草浸泡油虽然是红色的，遇碱以后就会变成漂亮的蓝紫色 |  |
| 茶叶 | 茶叶中的多酚类具有抗氧化作用，可帮助清除人体内的自由基<br>乌龙茶里的儿茶素，影响各种酵素的活性化，可消除活性氧的能力。虽然对皮肤没有直接的好处，但浸泡油可以有很深的黄绿色 |  |
| 胭脂树籽 | 对皮肤有抗氧化的效果，能抑制细菌生长，特别是能减轻痘痘及其他皮肤感染<br>浸泡油可以让油变成很深的橘红色，制皂时可以随着需要颜色的深浅来加减比例 |  |

续表

| 种类 | 功效 | 成品 |
| --- | --- | --- |
| 金盏花 | 可以帮助肌肤来舒缓治愈一些外伤，像是创伤、割伤、昆虫咬伤或是晒伤，有很大的帮助<br>金盏花浸泡油适合做皂给初生婴儿，或是敏感性肌肤的人使用 |  |
| 洋甘菊 | 修护肌肤，帮助改善湿疹、面疱、疱疹、干癣及敏感性皮肤<br>跟金盏花一样，浸泡油适合做皂给初生婴儿，或是敏感性肌肤的人使用 |  |
| 蘩缕 | 可以促进血液循环，对于皮肤疼痛、发炎、瘙痒等症状，都有不错效果<br>浸泡油可做成绿色的皂 |  |

续表

| 种类 | 功效 | 成品 |
| --- | --- | --- |
| 金缕梅 | 可收敛毛孔，抑制静脉血管曲张，还能安抚晒伤的肌肤<br>浸泡油可做成绿色的皂 |  |
| 山金车 | 具有疗伤止痛的能力<br>浸泡油可做成淡黄色的皂 |  |

## 配方公式计算（用纸笔、计算器、Excel皆可）

原料都准备好了，接下来要开始计算合适的配方，才能做出最独一无二的好肥皂喔！每个人的皮肤状况都不一样，适合的肥皂也各不相同。我们充分了解油品的特性之后，可以把目标设定成“要很多泡泡也要很滋润，不能太软”或是“泡泡要很细致、可以洗脸的”又或是“小宝宝也可以用的”等等，然后就可以利用以下的配方表，设计出最适合的配方啰！

1. 先设定总油量：可依照手边模型的容量、锅子的大小、电子秤的最大称重等等进行预估。
2. 选出自己手边有的油品，设定每种油的百分比例，直到达到100%为止。
3. 记录配方表计算出来的个别油品重量、碱的重量、水的重量、超脂油的重量、精油的重量。

配方表已经把公式都写入，所以如果没有使用Excel软件进行快速计算，建议可以自己用纸笔或计算器慢慢地仔细算过。

个别油品重量 = 总油量 × 每种油的百分比例

个别碱的重量 = 个别油品重量 × 皂化价

碱的重量 = 个别碱的重量加在一起的总重

水的重量 = 碱的重量 × 2

超脂油的重量 = 总油量 × 5%

精油的重量 = 总油量 × 2%

### 做皂小贴士

除了每种油的比例可以自行调整，碱的重量、水的重量、超脂油的重量、精油的重量也是可以微调的喔！例如碱的重量可以再减少5%～10%，水的重量可以是碱的2～4倍，这里给的超脂油和精油的重量也只是建议值喔！

## 初学者的配方

初学者会买的油品不多，但至少会有基础油，例如橄榄油、椰子油、棕榈油，这三种油就可以做出很好的肥皂了，像欧洲相传最有名的橄榄皂、马赛皂，就是用这些基础油做出来的喔！

总油量：500g

| 油品名称 | 百分比（%） | 皂化价 | 油（g） | 碱（g） |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 橄榄油 | 60% | 0.1340 | 300 | 40.20 |
| 椰子油 | 20% | 0.1900 | 100 | 19.00 |
| 棕榈油 | 20% | 0.1410 | 100 | 14.10 |
| 总计 | | | 500 | 73.30 |

碱减量10%：65.97g
水：65.97×2=132g
超脂油：500×5%=25g
精油：500×2%=10g

### 名词解释

皂化价：即皂化1克油脂所需要之碱的克数。
超脂：在碱被油完全反应之后，皂液达到浓稠状时，多加一些油使肥皂更滋润。建议5%~10%，加太多肥皂容易酸败。
减碱：在计算时减少碱的量，让油碱完全反应之后还存留一些油脂没被反应掉，使肥皂更滋润。建议减5%~10%，减太多肥皂容易酸败。
trace：油碱混合搅拌后，完全反应完皂液达到浓稠状时。

# 不同肤质适合的配方

## a. 油性肌肤

对于油性肌肤，加重了椰子油的比例，它清洗力强，也容易起泡。

总油量：500g

| 油品名称 | 百分比（%） | 皂化价 | 油（g） | 碱（g） |
|---|---|---|---|---|
| 橄榄油 | 25% | 0.1340 | 125 | 16.75 |
| 椰子油 | 15% | 0.1900 | 75 | 14.25 |
| 棕榈油 | 15% | 0.1410 | 75 | 10.58 |
| 甜杏仁油 | 15% | 0.1360 | 75 | 10.20 |
| 芥花油 | 10% | 0.1324 | 50 | 6.62 |
| 蓖麻油 | 5% | 0.1285 | 25 | 3.21 |
| 米糠油 | 10% | 0.1280 | 50 | 6.40 |
| 乳油木果脂 | 5% | 0.1280 | 25 | 3.20 |
| 总计 | | | 500 | 71.21 |

碱减量10%：64.09g
水：64.09×2=128g
超脂油：500×5%=25g
精油：500×2%=10g





## b. 中性肌肤

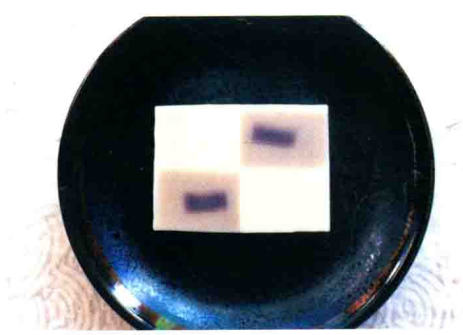
均匀地配合不同性质的油，适当地清洁，也提供温和的滋润。

总油量：500g

| 油品名称 | 百分比（%） | 皂化价 | 油（g） | 碱（g） |
|---|---|---|---|---|
| 橄榄油 | 25% | 0.1340 | 125 | 16.75 |
| 椰子油 | 10% | 0.1900 | 50 | 9.50 |
| 棕榈油 | 15% | 0.1410 | 75 | 10.58 |
| 甜杏仁油 | 15% | 0.1360 | 75 | 10.20 |
| 芥花油 | 10% | 0.1324 | 50 | 6.62 |
| 蓖麻油 | 5% | 0.1285 | 25 | 3.21 |
| 米糠油 | 15% | 0.1280 | 75 | 9.60 |
| 乳油木果脂 | 5% | 0.1280 | 25 | 3.20 |
| 总计 | | | 500 | 69.66 |

碱减量10%：62.69g
水：62.69×2=125g
超脂油：500×5%=25g
精油：500×2%=10g





### c. 干性肌肤

为了呵护干性的肌肤，提高橄榄油的比例，同时也降低椰子油的比例，用温和的油品来清洁肌肤。

总油量：500g

| 油品名称 | 百分比（%） | 皂化价 | 油（g） | 碱（g） |
|---|---|---|---|---|
| 橄榄油 | 30% | 0.1340 | 150 | 20.10 |
| 椰子油 | 10% | 0.1900 | 50 | 9.50 |
| 棕榈油 | 10% | 0.1410 | 50 | 7.05 |
| 甜杏仁油 | 15% | 0.1360 | 75 | 10.20 |
| 芥花油 | 10% | 0.1324 | 50 | 6.62 |
| 蓖麻油 | 5% | 0.1285 | 25 | 3.21 |
| 米糠油 | 15% | 0.1280 | 75 | 9.60 |
| 乳油木果脂 | 5% | 0.1280 | 25 | 3.20 |
| 总计 | | | 500 | 69.48 |

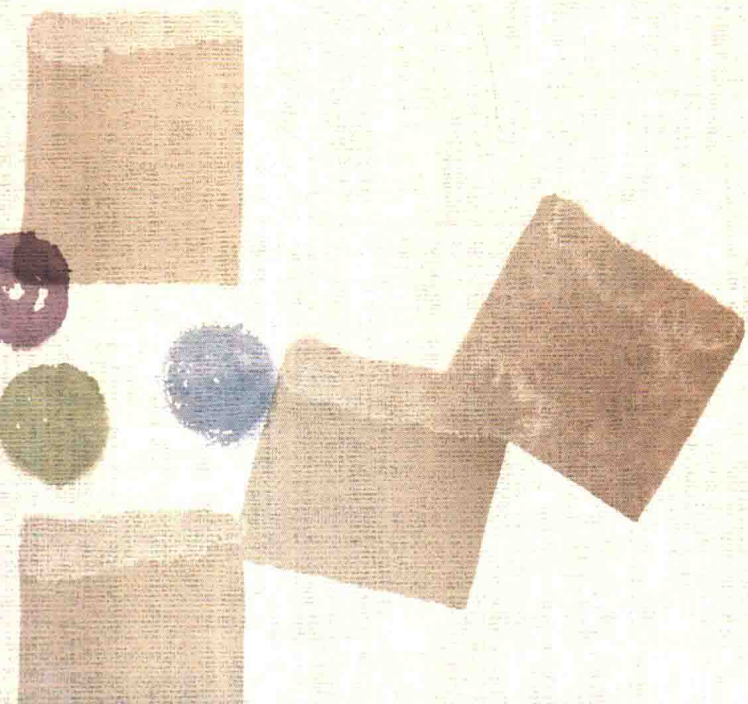
碱减量10%：62.53g
母奶/羊奶：62.53×2=125g
超脂油：500×5%=25g
精油：500×2%=10g



Chapter 2

# 一起来制皂！

**化学实验开始了。**



计算好皂的配方后，就可以开工做皂了。

做皂时会闻到腐蚀性的臭味，因此需要确保通风良好。

为了避免发生意外，最好尽量靠近水龙头，通常家里的厨房就是最好的场所。

戴上手套和口罩，确定没有其他人的干扰后，我们就可以开始制皂。

我们平常制皂不会只受限于一种方法而已，通常会视情况不同，而使用不同的方法。

在此介绍三种制皂法：

第一种方法是“室温制皂法”，就是用水来溶碱，在室温时（30℃～40℃）油碱混合。这种方法适合比较单纯的制皂过程。

第二种方法是“低温奶皂法”，就是用母奶/羊奶冰棒来溶碱，在低温时（20℃～30℃）油碱混合。这种方法适用在所有奶制品的入皂过程，例如母奶、羊奶、牛奶等等。

第三种方法是“室温奶皂法”，就是用第一种方法，但最后保留一部分的水用奶取代（大约1/4即可），在搅拌时加入。这个方法是我们自己发明的，也是我们最喜欢的方法，非常适合做需要花工夫慢慢入模的皂，这个方法不会让皂液太快over trace。

# 室温制皂法

油碱混合时的温度很重要，入模的时候也不可以温度过低，以免入模后产生白粉。

❶ 称水量。这是量溶碱的水量。步骤1~3可以在水槽内进行，比较安全。







❷ 称碱重。将碱倒入水中。此时会产生高温以及腐蚀性的蒸气，要非常小心。

❸ 用刮刀搅拌至碱完全溶化。将碱液放在水槽内等待降温。







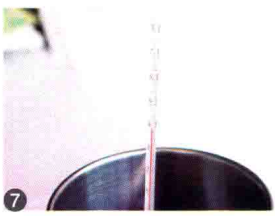
❹ 在等待碱液降温的同时，我们可以来量油重。称量所需的硬油。

❺ 用隔水加热的方式溶化硬油。

❻ 加入所需要的软油。



❻



❼

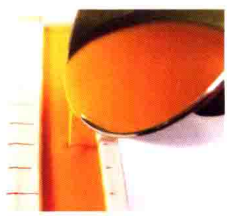


❼ 等油和碱液都降温到室温（30℃～40℃）就可以将碱液倒入油中。一边倒，一边用搅拌器搅拌。

❽ 当搅拌至trace时，就可以加入超脂油和精油，再搅拌均匀。



❽



❾

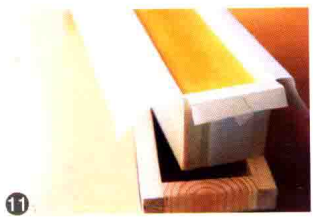
❾ 将皂液倒入模型中。

⑩ 入保温箱24～48小时。入模后盖上一片木板，如果是冬天，可以再包上一条毛巾。





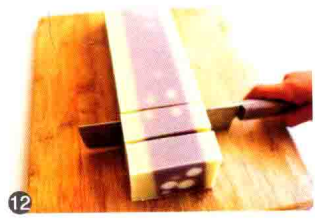



⑪ 2～3天后脱模。

⑫ 再过2～3天（视皂的软硬程度）切皂。

⑬ 晾皂1个半月以后就可以使用。



## 低温奶皂法

低温奶皂是最滋润的皂，皮肤干燥的朋友一定要把以下的做法学起来！

❶ 将牛奶或母奶冻成冰棒。
❷ 称好需要的奶量，并在室温下稍微溶化呈冰奶共存的状态。







❸ 称好所需的碱量。

❹ 将碱分少量多次地加入奶中，并且确认完全溶解后才能再加入碱，以避免温度升高过快，使奶的颜色过深。




❻



❺ 称量所需的硬油。




❻ 用隔水加热的方式溶化硬油。

❼ 加入所需要的软油。



❼



❽



❽ 等碱和油的温度差不多时，将油慢慢地倒入碱液中。一边倒，一边用搅拌器搅拌。

❾ 当搅拌至trace时，就可以加入超脂油和精油，再搅拌均匀。



❾



❿

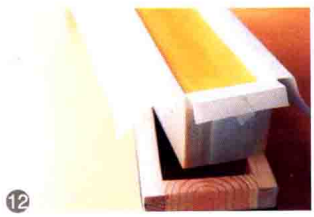
❿ 将皂液倒入模型中。

⓫ 奶皂不需入保温箱，只要将模型放在阴凉的地方即可。

⓬ 2～3天后脱模。

⓭ 再过2～3天（视皂的软硬程度）切皂。

⓮ 晾皂1个半月以后就可以使用。



⓬

## 室温奶皂法

需要慢工出细活的皂，用这种方法最适合不过了，不慌不忙地，一块洗感、美感兼具的手工皂就要诞生啰！

❶ 称水量（先扣除约1/4总水量）。这是量溶碱的水量。步骤1～3可以在水槽内进行，比较安全。





❷ 称碱重。将碱倒入水中。此时会产生高温以及腐蚀性的蒸气，要非常小心。

❸ 用刮刀搅拌至碱完全溶化。将碱液放在水槽内等待降温。





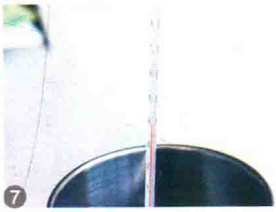
❹ 在等待碱液降温的同时，我们可以来量油重。称量所需的硬油。

❺ 用隔水加热的方式溶化硬油。

❻ 加入所需要的软油。



❻



❼



❽

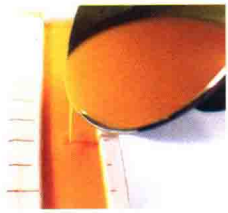
❼ 等油和碱液都降温到室温（30℃～40℃）就可以将碱液倒入油中。一边倒，一边用搅拌器搅拌。

❽ 将预备好的奶（约1/4总水量）分批次慢慢加入。

❾ 当搅拌至trace时，就可以加入超脂油和精油，再搅拌均匀。



❾



❿

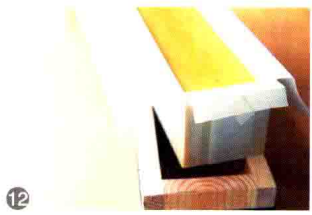
❿ 将皂液倒入模型中。

⓫ 入保温箱24～48小时。入模后盖上一片木板，如果是冬天，可以再包上一条毛巾。



⓫

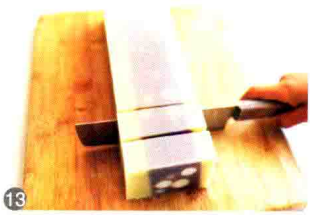




⑫ 2～3天后脱模。

⑬ 再过2～3天（视皂的软硬程度）切皂。

⑭ 晾皂1个半月以后就可以使用。



## 做皂小贴士

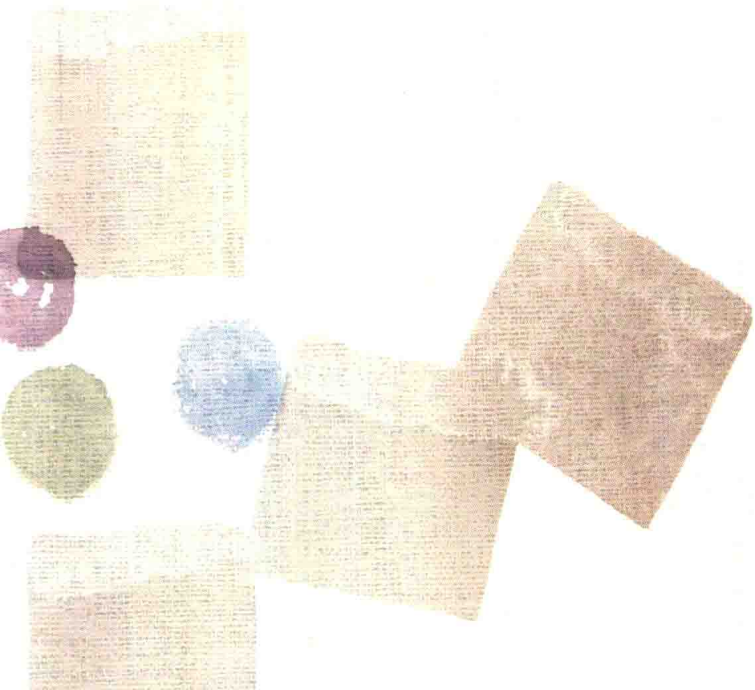
1. 做皂最重要的，就是精确地称好每种原料的重量，如果做好这一步的话，就等于成功一半了。以上的做法都是先量硬油再加软油，可以在加完硬油后，计总一下硬油的重量；加完软油后，再计总一下硬油和软油的重量。最后倒入碱液后再做一个最后的检查，这样就万无一失了。事先把容器的重量记录下来，可以让检查的过程更顺利。
2. 不论用手动搅拌器或是用电动搅拌器，一定要配合刮刀的运用，将锅底周围及锅边上皂液刮干净，这样才不会搅拌不均匀，导致日后产生油斑。

Chapter 3

# 创意手工皂！

“对我来说，没有什么是我能确知的，但是映入眼帘的星星，能引发我的梦想。”

——凡·高



## 灵感俯拾可得

许多皂友跟我说，当他们开始做肥皂之后，竟经历过一个共同的现象（症状）——眼睛所看到的物品、鼻子所闻到的味道，甚至是食物或饮料，都会在脑中自动转换成制作手工皂的信息。如果你满脑子都在思考有什么可以加入手工皂的话，那么，我可以很肯定地告诉你：你应该也得了“皂郁症”。

不过，这也不是什么不治之症，而且好处是你会发现原本平淡无奇的事物竟能变得如此美好有趣。例如有次安妮回台度假，返美后做的第一块肥皂就是“珍珠绿茶”，正是因为台湾有太多好喝的饮料，让她回去还念念不忘。

举凡身边的事物，例如最爱的名画、四季的变化、美丽的风景、童年的回忆……都可以成为制皂者的灵感来源，让做皂就像在画画一样，透过皂液将心中的那幅画和感动呈现出来。或许有时候因为坚持使用天然色彩而带来种种限制，或是其他因素，使得实际成品和想象之间有些差距，但是从构思开始，一直到充满期待的切皂瞬间，这段过程着实令人沉溺其中，也是许多人的“皂郁症”迟迟无法康复的原因吧！




制皂难度指数 ★★

# 蜂蜜蛋糕

这款肥皂很适合当作弥月礼送给朋友喔！
也很适合用于小婴儿的细致皮肤。

记得孩子满月时，我还特地订购弥月蛋糕送给同事，分享我们的喜悦。蛋糕好吃，可是口味很甜，其实不是很健康，而且蛋糕容易变质腐坏的特性，使得我们必须在短时间内分送完毕，着实带来一些心理压力。事后回想，如果当时我会自制手工皂，或许就能做个蜂蜜蛋糕手工皂，既健康又环保，也不会受时间压力所苦。

蜂蜜入皂，对皮肤很好，平常我们家也都会买埔里在地养蜂场的蜂蜜制成消暑饮品。蜂蜜是天然的美容剂，可以作为柔软肌肤和锁住水分的天然保湿剂。此外，蜂蜜不但可以补充能量，也富含维生素、矿物质、活性物质，对于肠胃、心血管、睡眠等都有很好的帮助，还能缓解高血压。

蜂蜜蛋糕就是要做出带有薄薄一层“蛋糕皮”的效果，搭配母奶皂原色皂当作“蛋糕体”，100%酷似好吃的蜂蜜蛋糕。

配方

这一款皂是母奶皂，故采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　285g
棕榈油　95g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
母奶　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（甜橙）　19g
蜂蜜、可可粉　各少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

前置作业

将母奶从冷冻库取出后，可以自然回温后再将母奶从母乳袋中取出。若不想费时等待，也可冲水回温。

做皂小贴士

蜂蜜比较浓稠不易散开，可预扣奶量和蜂蜜调和加入比较容易搅匀。

做法

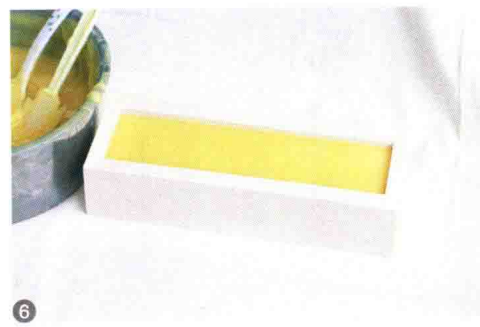
1. 先依照“低温奶皂法”（请参考第48页），制作母奶皂液至light trace。
2. 加入蜂蜜至皂液中，搅拌均匀。
3. 分装100g皂液到小量杯，加入可可粉调色到漂亮的棕色。
4. 将❸的咖啡色皂液入模。
5. 等到此层皂液凝固，再用大汤匙小心将剩余皂液倒入。
6. 母奶皂不需入保温箱保温，静待3～5天后脱模，切皂。



4



5



6



制皂难度指数 ★★

# 一叶知秋

这款肥皂适合送给皮肤在季节转换时会特别敏感的朋友。

如诗如画的秋日美景，若不赶紧将其入皂，转眼只剩萧瑟的冬日。某年秋天全家出游赏枫，之后脑海中一直浮现枫叶缤纷的美丽景象，于是萌生制作秋天主题皂的念头。看来，时常接近大自然真的有助于酝酿创意喔！

要将秋天的景色入皂，说起来其实相当容易，因为天然添加物的颜色都很“秋天”呢！无论是矿石粉的颜色，或是花草的颜色，都像落叶一样缤纷。此外，我还异想天开地想在皂上“画”几片叶子，为了呈现出闪亮的金黄色，金盏花粉是最佳选择，再配上胡萝卜粉、红石泥粉、荨麻叶粉和可可粉，就可以挥洒出一幅“秋意正浓”的画啰！

## 配方

这一款皂是秋天主题，所以就设计成适合秋冬使用的母奶皂，故采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　285g
棕榈油　95g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
母奶　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（玫瑰）　19g
金盏花粉、可可粉、荨麻叶粉、胡萝卜粉、红石泥粉　各少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

A 用厚纸板剪出一个镂空的枫叶形状。
B 用磨咖啡豆机把金盏花磨细备用。


A

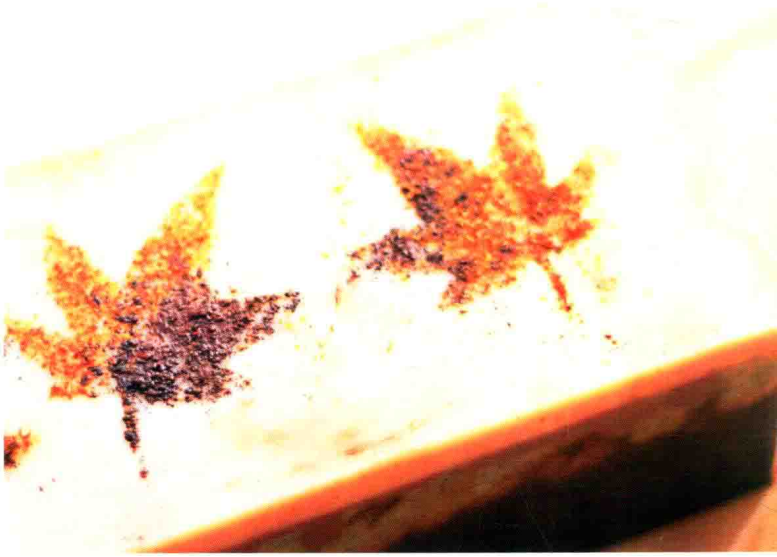
### 做皂小贴士

用磨咖啡豆机磨细金盏花前，先去除枯叶或暗色的花萼，只采用金黄色的花瓣来磨细，这样金盏花粉才会鲜艳明亮！

做法

1. 用“低温奶皂法”（请参考第48页），制作母奶皂液至light trace。
2. 将皂液分五等份入量杯，其中四杯分别加入可可粉、苎麻叶粉、胡萝卜粉和红石泥粉，搅匀。
3. 将这四色的皂液一起倒入吐司模，产生随意渲染的图样。
4. 开始搅拌最后一份的原色皂液达到trace，再轻轻倒入模型中。
5. 将有镂空的枫叶厚纸板架在吐司模上，用滤网撒上金盏花粉和可可粉，就可以勾勒出枫叶的形状了。
6. 母奶皂不需入保温箱，待3~5天后脱模，切皂。







制皂难度指数 ★★

# 欢庆元宵

这款皂适合做给夏天皮肤容易出油、出汗的朋友，洗起来很舒服喔！

小时候曾经跟妈妈一起做元宵。从内馅开始，慢慢在糯米粉堆里打滚，放进筛子里沾水捞起，再倒进糯米粉堆里沾黏更多糯米粉，反复多次，待元宵的大小合宜即算大功告成了。

有一天在做皂球时，忽然想起了做元宵的回忆（或许是肚子饿了），便将刚搓好的皂球，趁它还带着黏性时，沾上绿藻粉，拍掉多余没黏上的粉，成了带有一圈细细线条的皂球。利用皂球裹粉的效果，这些粉具有去角质的功用，所以非常适合夏天使用，不过记得这种用来去角质的皂不要天天使用喔！

此外，我还加了一些薄的皂切片，让皂更生动，也是皂边再利用。在切这些薄的皂片时，可以趁着还软时，放在一些圆柱形的物体上，像是擀面棍等等，待皂片转硬之后形成弯弯的弧度，更添美感。

### 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（伊兰）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

### 前置作业

备好裹好粉的皂球和切好的皂片。

### 做皂小贴士

1. 皂球外面的粉是裹上去而已，所以入模定位后千万不要搅动，以免粉会脱落到皂液里。
2. 很多人喜欢使用洒粉的方式做皂，请记得千万不要洒太厚，只要薄薄一层就好，否则切皂时容易出现皂块分离脱落的情况。

## 做法

1. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页）制作皂液到trace的程度。
2. 分几次慢慢将皂液倒入吐司模，在分次倒的同时把“元宵”皂球放入（A~D）。
3. 敲出空气后，任意插入皂切片。
4. 入保温箱24~48小时。
5. 脱模，切皂。

## “元宵”皂球的做法

A 将接近熟成的皂揉成皂球。
B 趁着还有黏性时，加入喜爱的花草粉或矿石粉。
C 将粉均匀地裹覆在皂球上。
D 用刷子刷去多余的粉，这样就完成了。


A


B


C


D





制皂难度指数 ★★★

# 凡·高星空

这款皂非常适合送给喜欢赏画的朋友，尤其对于凡·高的粉丝，这更是个无法抵抗的好礼。

名画入皂，对我来说一直是个梦想，我将此视为个人做皂的里程碑。凡·高的著名画作《The Starry Night》（《星空》），是我非常喜欢的世界名画之一。

橘色的月亮、白色的星星、紫色的夜空加上黑色的地面，这些画里的颜色似乎都可以运用天然染色达成，于是我备齐材料，让凡·高的《星空》可以呈现在手工皂上。这块凡·高星空皂，后来还受到台北策展厂商的青睐，原来当时正好要举办凡·高画展，需要收集一些周边商品，于是就应他们的要求又复制了一些。

其实这块皂的难度不高，只是前置作业比较费时和费工。

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油（紫草浸泡油）　238g
棕榈油　143g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
水　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（熏衣草）　19g
备长炭粉　少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

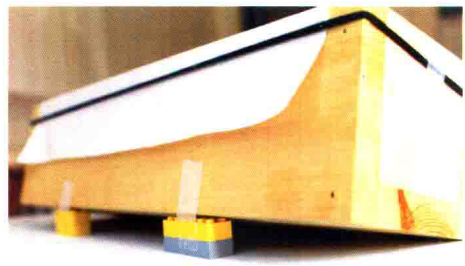
A 先找一块淡色的皂切碎，当成“星星”。

B 使用橘色的皂，用汤匙挖下一小块一小块，像搓汤圆一样搓成圆圆的皂球，当成“月亮”。


A

做法

1. 在皂模的其中一个底边贴上小积木，让皂模倾斜。
2. 先用紫草浸泡油，依照“室温制皂法”（请参照第45页）制作紫色皂液至light trace。
3. 取1/5的皂液混入备长碳粉，制成黑色的皂液，将淡色碎皂加入黑色皂液搅匀。
4. 将皂液倒入已倾斜的皂模中。
5. 把淡色碎皂和橘色皂球加入剩下的紫草皂液中。此时因为加了许多低温的皂块，如果皂液失温的话，需要隔水加热让温度提升，避免出现白粉。
6. 待黑色的皂液稍微凝固后，轻轻倒入一半5的皂液。之后将皂模调正，再倒入剩下的皂液。
7. 入保温箱，保温24～48小时。
8. 脱模，切皂。



1



2



3



4


5


8

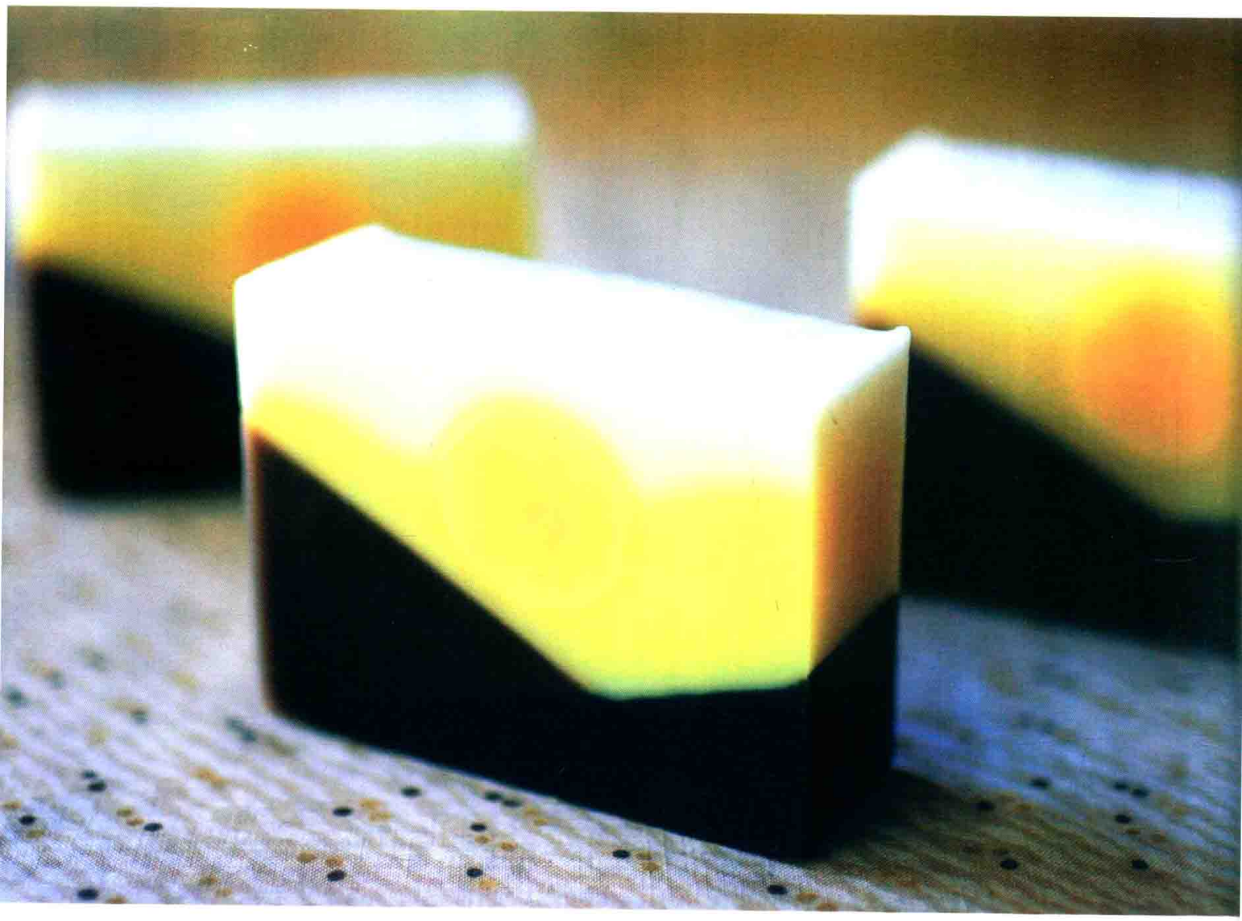

6


9


7

## 做皂小贴士

前置作业A的“星星”做法：找一大块淡色的皂来切碎，这可能需要三四天的时间。因为皂切开是黏黏的，需要稍微干了以后再继续切碎，而且碎皂的量要足够，才能营造出令人目眩神迷的星雨效果。



制皂难度指数 ★★★★

# 日出东方

捕捉大峡谷的壮阔景致，适合送给喜欢旅行的朋友。

有一次去了美国亚利桑那州负有盛名的大峡谷国家公园。大峡谷的雄伟壮丽确实难以言喻，当我用望远镜观看峡谷对岸时，才发现原以为是青苔的那些绿色植物，竟然是一棵棵的大树！过于遥远的距离，似乎使我误判了景物的实际大小，而大峡谷的伟大更是远大于肉眼所见的一切，给我带来了极大的震撼。

之后始终念念不忘在山谷中所见的奇景。有一天突发奇想，何不将这样的美景入皂呢？于是诞生了一块有山谷和太阳的皂。我还依稀记得当初切皂时，看到实际图案跟我的想象完全吻合，心中的感动不亚于大峡谷带给我的震撼呢！

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　36g
芥花油　24g
蓖麻油　12g
椰子油　24g
橄榄油　59g
棕榈油　36g
米糠油　36g
乳油木果脂　12g
氢氧化钠　29g
水　60g
超脂油（甜杏仁油）　12g
超脂油（红棕榈油）　12g（后文❸中的超脂油）
精油（雪松）　5g

依照此配方重复四锅，可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

先用水管模做一个橘色圆柱形的皂，当作“太阳”。

## 管模做圆柱形皂的做法

A 在水管模里套一层塑胶模片（可拿市售L夹加以剪裁），塑胶模片须用透明胶带固定。这样可以不受水管长度的限制，做出比水管还长的圆柱皂。

B 将底部包上保鲜膜，用橡皮筋绑紧，以防外漏。放入小罐子内。

C 皂液打好后，从顶端倒入，轻敲出气泡，凝固之后就可以横着入保温箱。

D 脱模时，只要把塑胶模拉出，即可轻易自水管模取出。

E 将透明胶带撕开后，等皂慢慢干了就可以拿来使用。










## 做法

我们需要四种颜色的皂液，包括加入备长炭粉的黑色和加入可可粉的褐色当作“山谷”，加入红棕榈油的淡橘色和原来的白色，混合做出美丽的“云彩”，所以要分成四锅来完成。

❶ 先依照“室温制皂法”（请参考第45页）制作皂液到light trace后，加入备长炭粉搅拌均匀。入模前把模具倾斜一个小角度，可用一格的积木垫在皂模的一底边。黑色皂液入模后，放入保温箱保温（保温时亦保持模具倾斜）。

❷ 等待第一层变干的同时，可以开始打第二锅皂液。至light trace时，加入可可粉搅拌均匀。入模前在模具的另一底边垫两格的积木，这样就可以倾斜大一点的角度，呈现出山谷的景致。棕色皂液入模后，入保温箱保温（保温时亦保持模具倾斜）。

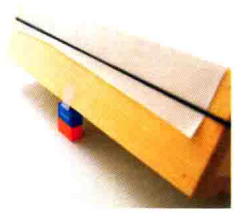












❸ 等待第二层变干的同时，打第三锅皂。用红棕榈油当超脂油，使皂液成为淡橘色。入模前将皂模放平，淡橘色皂液入模。

❹ 此时轻轻地把橘色圆柱形（A~E）的皂放入，让它有一半浮在淡橘皂液上。

❺ 最后打一锅白皂，铺在最上层。

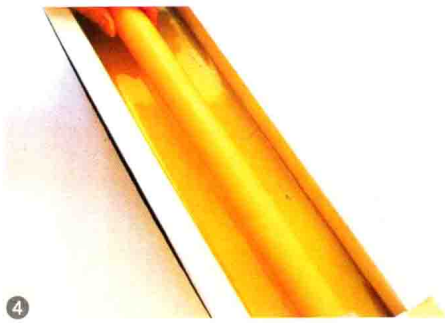
❻ 入保温箱24~48小时。

❼ 脱模，切皂。





❸



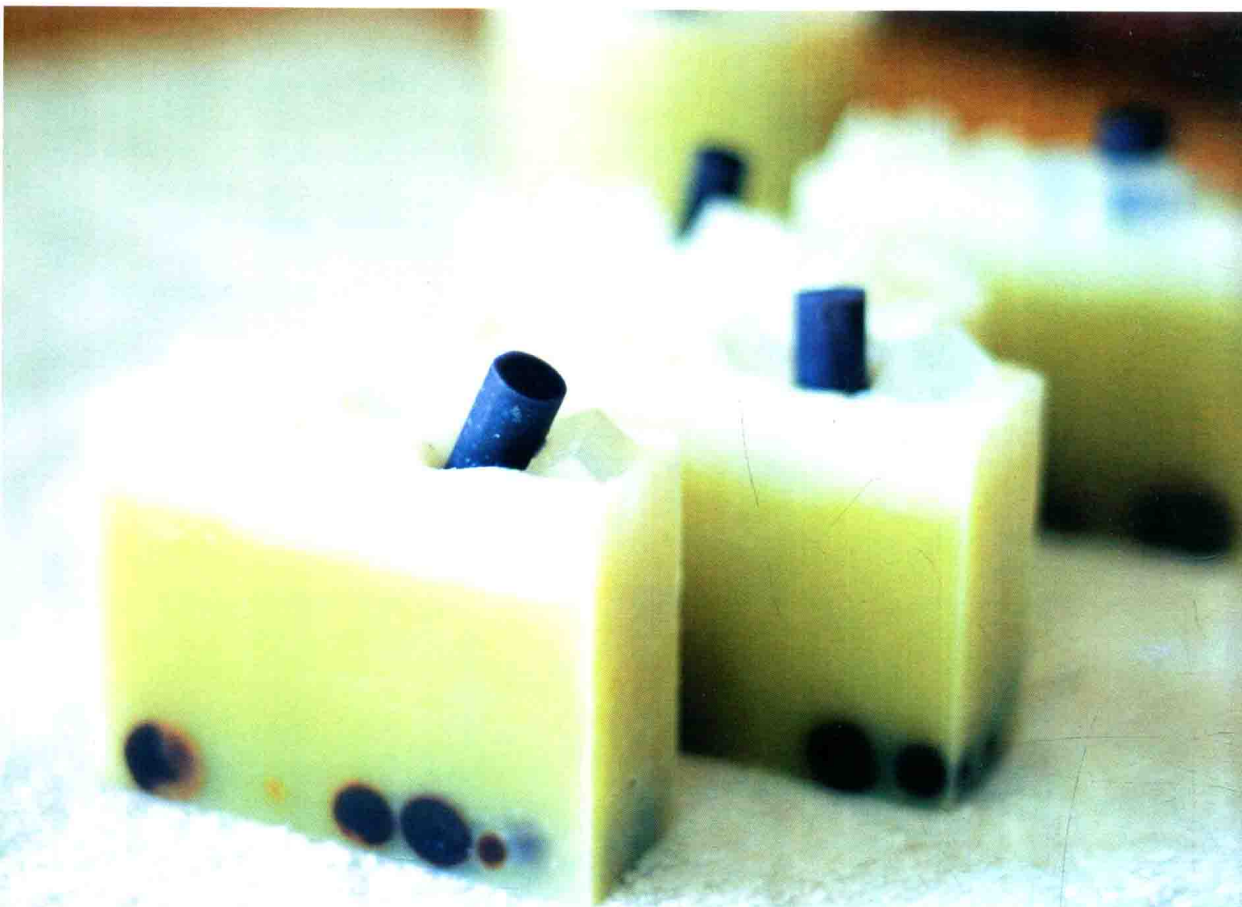
❹



❺

## 做皂小贴士

1. 这块皂算是分层皂的进阶版，只是需要倾斜吐司模的角度，为了避免线条崩塌，建议分次进行比较安全。
2. ❸跟❺也可以一起进行，使用原本配方的两倍量，最后再分一半，加入不同的超脂油，这样线条呈现出不规则状，有云海的效果！



制皂难度指数 ★★★★★

# 珍珠绿茶

这款皂运用雪松精油，非常适合送给男性亲友！当然啦，送给爱喝珍珠绿茶的朋友，最适合不过的了！

珍珠绿茶可说是最具台湾味的饮料了，从台湾燃烧到全世界，就连美国硅谷也很流行呢！我喜欢把实物的造型做到皂里，但又不失皂的本质，这一款皂正是此风格的代表作。而且这款皂第一次在博客上发表之后，直到现在仍为点击率最高的一款皂，许多人都很好奇，像这样惟妙惟肖的“珍珠绿茶”到底是怎么做出来的呢?

## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

绿色皂液（占3/4）

甜杏仁油　36g
酪梨油　71g
蓖麻油　36g
椰子油　107g
橄榄油（乌龙茶叶浸泡油）　249g
棕榈油　107g
米糠油　71g
乳油木果脂　36g
氢氧化钠　91g
水　182g
小黄瓜汁　45g
超脂油（酪梨油）　36g
精油（雪松）　14g

白色皂液（占1/4）

甜杏仁油　12g
芥花油　24g
蓖麻油　12g
椰子油　36g
橄榄油　83g
棕榈油　36g
米糠油　24g
乳油木果脂　12g
氢氧化钠　30g
水　61g
超脂油（甜杏仁油）　12g
精油（薄荷）　5g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

为了仿真，我们加入许多特别的元素，除了用可可粉做小皂球当“珍珠”之外，还加入市售的透明皂基当“冰块”，并且特地用紫草皂做了“吸管”。

- A 在皂模上依照皂的大小标出切皂记号，这样最后要放“吸管”时比较方便。
- B 棕色的小皂球，可以用可可粉、咖啡粉或任何棕色的花草粉来制作。
- C 紫草皂做的吸管状圆柱皂（E~H）。
- D 切小块状的透明皂基。



## 紫草吸管状圆柱皂做法

E 先把几根吸管抓在一起，底部套上保鲜膜后紧密地用橡皮圈绑在一起，放入小瓶子内，以预防皂液外漏。

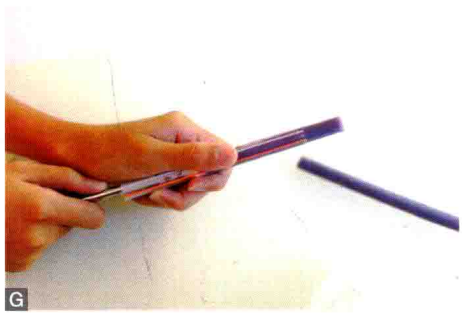
F 依照室温制皂步骤打一锅紫草皂，倒入吸管内。不一定要倒满，因为不需要太多。入保温箱。

G 等稍微干后（1～2星期以后），用保鲜膜包裹筷子或笔，将紫草皂顶出来。

H 将条状的皂切小块后备用。


E


F


G

## 做法

❶ 先用酪梨油、乌龙茶浸泡橄榄油、小黄瓜汁，用“室温制皂法”（请参考第45页），做出绿色的皂液至trace。

❷ 把棕色的皂球铺在吐司模的底层，倒入一些绿色的皂液（足以覆盖皂球即可）。

❸ 等下层的皂稍微硬后，再轻轻地铺上剩下的绿色皂液。这样可以让皂球留在底层。

❹ 依照室温制皂步骤做白色的皂液。

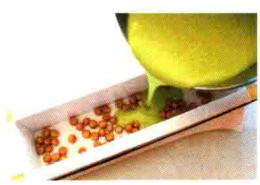
❺ 铺在绿色的皂液上。

❻ 放上透明皂基块，依照切皂的记号，为每个皂放置一个吸管。

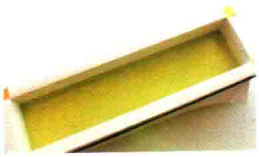
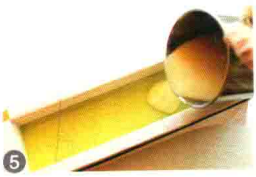
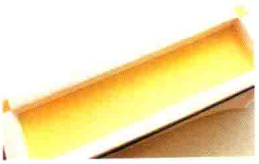
❼ 入保温箱，保温24～48小时。

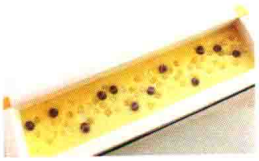
❽ 脱模，切皂。


❷



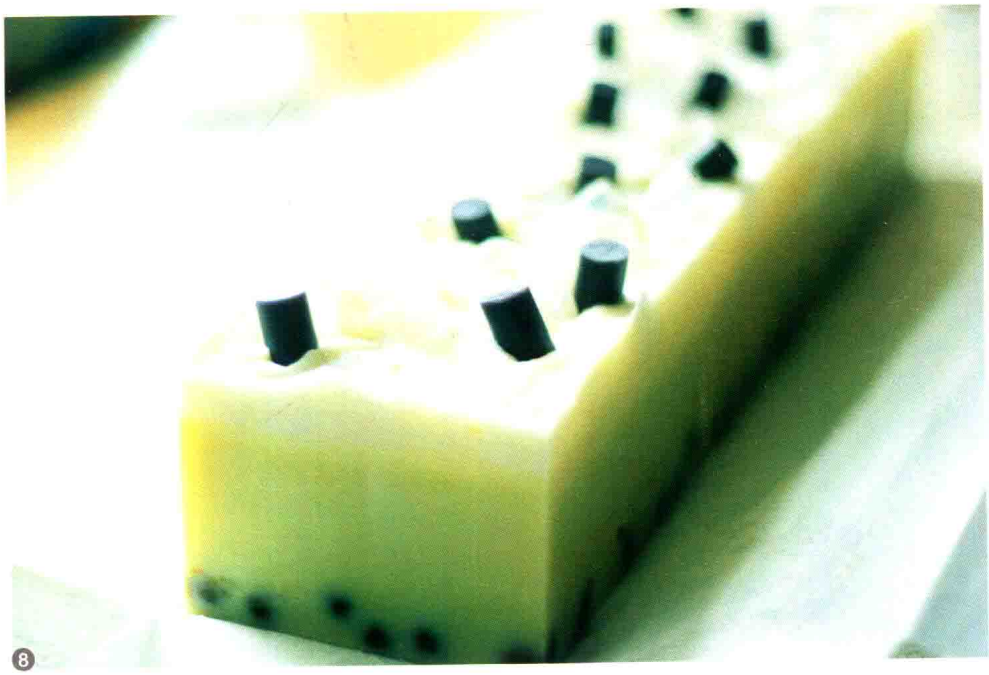




## 做皂小贴士

在❸放第二层绿色皂液时，可以用橡皮刀帮忙挡住倒下来的皂液，以减少冲力，这样就不会让皂球跑上来。另外，这款皂分两锅打会比较辛苦，但是当白色皂液做好倒入时，在模型内的绿色皂液已经凝固，可以确保分层接线处相当平整喔！



## 激发创造力

市面上的手工皂种类众多，好洗与否、材料优劣，都要实际使用之后才知道，不过单从手工皂的外形设计、色彩搭配等等创意巧思，都能够看出制皂者的用心。每一块用心制作的手工皂，都是独一无二的，这也是手工作品最令人着迷的地方。所以只要你用心制作，相信收到的朋友也能体会到你的心意。

传统的方形肥皂，相当适合成人使用，除此之外，其实还有更多其他的造型可以选择。只要在制作过程中，把握手工皂在每个阶段的变化，就可以创造出不同创意的造型。肥皂不仅可以当成黏土，也可以变身为奶油花，利用皂块堆叠出不同层次美感的肥皂。手工皂可以是清洁用品，也可以是艺术品，可以观赏，可以闻香，当然常常也是令人会心一笑的吸睛小礼。

接下来，我们会介绍一些创意造型手工皂的做法，千万不要小看自己的创意，多看多想、放胆去做，你也可以创造出令人为之惊艳的作品喔！




制皂难度指数 ★★★

# 渲染皂

这款肥皂完全不需要特殊的道具或是量身定做的模型，就可以做出漂亮的渲染线条喔！

有时为了做出心目中的理想图案，经常会忍不住购买市面上的现成模型，结果越买越多。其实，就算不使用特别的工具，同样也可以做出美观的手工皂喔！

制作这款皂时，我没有使用亚克力隔板皂模，只用一般做渲染皂的平面模型而已。不过，唯一比较困难的是，这款皂无法自己一个人完成，绝对需要很多只手的辅助，所以我邀请了家人、朋友一起来帮忙，于是大家七手八脚地经历了一次愉快的搅皂体验。

如果你想和好久不见的朋友聚聚聊聊，可以办个“搅皂party”，试做这款无隔板渲染皂，保证让朋友惊呼做皂真是好玩又有趣。

## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（玫瑰、甜橙）　共10g
添加物（红石泥粉、红曲粉）　各少许

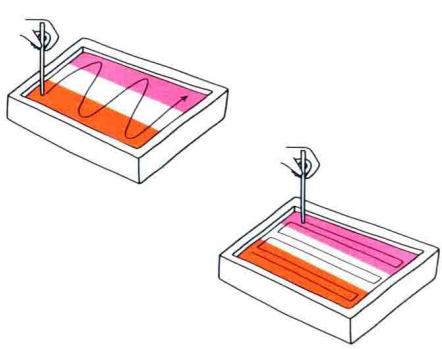
依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

事先准备三个同样大小的量杯，这样三种颜色的皂液一样多，渲染出来的颜色会比较均衡哦！

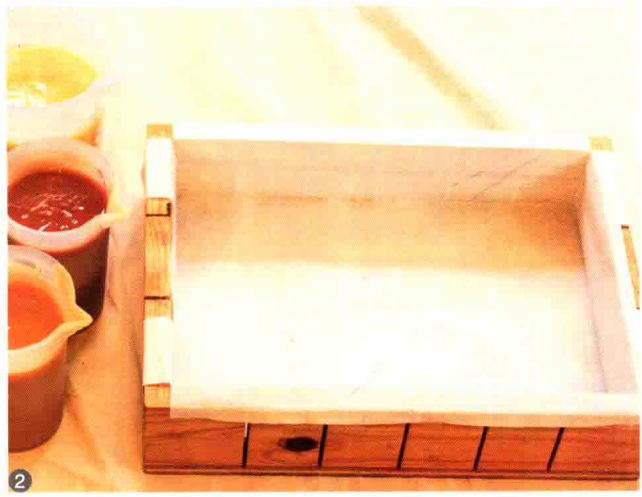
### 做皂小贴士

渲染皂的画法是先横越不同颜色画S形，再以90度的方向画S形。



做法

1. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页）制作皂液到trace的程度。
2. 分装皂液到三个小量杯，其中两个量杯分别加入红石泥粉和红曲粉调匀。
3. 和朋友同时拿起三种颜色的量杯倒入模型内，一起倒入让每种颜色之间保持平行和均匀。
4. 将模型敲出空气，用刮刀画出纹路即可。
5. 入保温箱24～48小时。
6. 脱模，切皂。









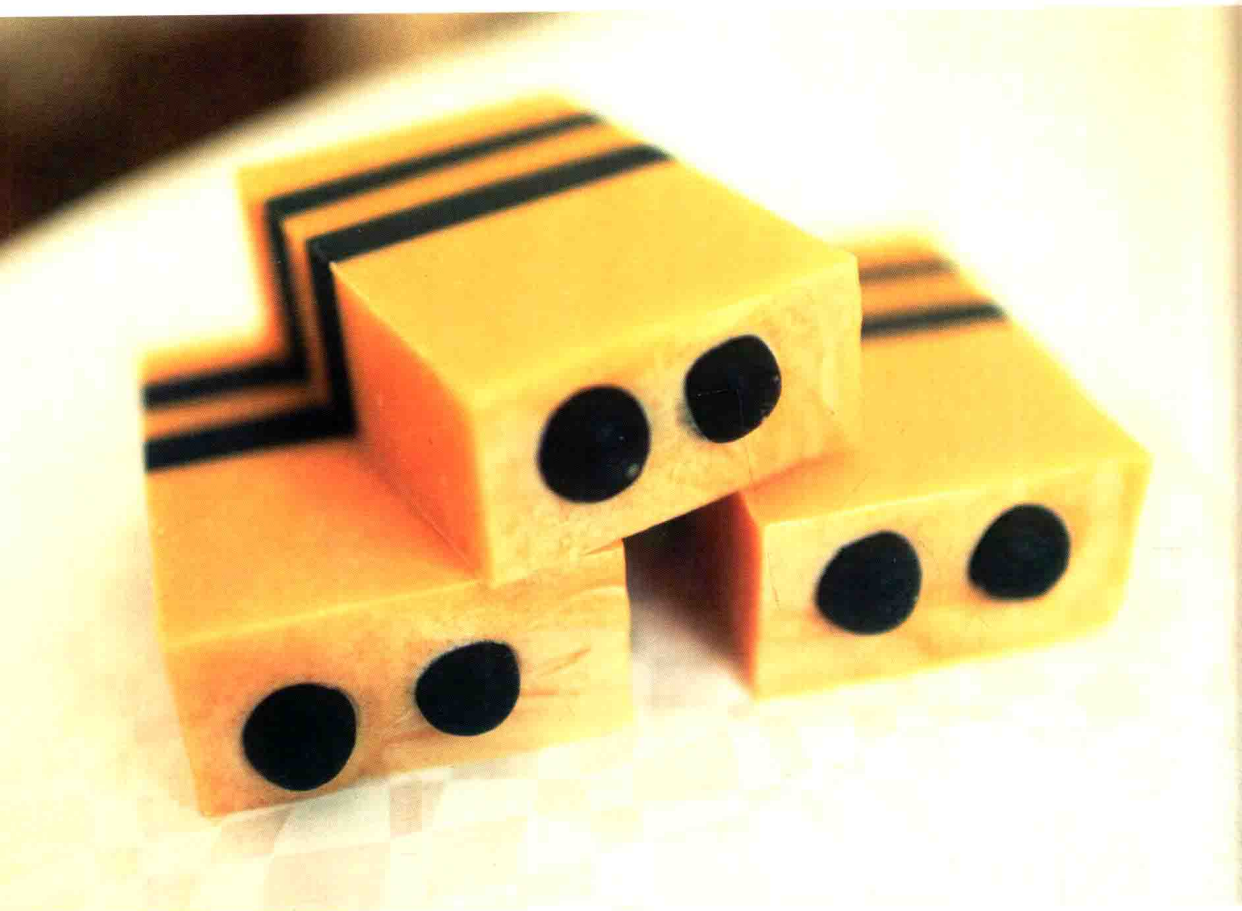










制皂难度指数 ★★★★★

# 小蜜蜂皂

利用备长炭粉和红棕榈油的颜色做出黄色与黑色相间的分层，这样就可以做出“蜜蜂身上的条纹”。

夏日的后院花丛总能吸引大大小小的蜜蜂，我不敢靠近观察，只能隔着玻璃窗看它们穿梭其间。

虽然小蜜蜂令人敬而远之，但也让我回想起小时候的卡通影片，心中不知不觉就会涌出一股甜蜜的感觉，于是想要用最简单的造型，重现小蜜蜂的可爱模样，让我们来玩玩看吧！

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页），因为添加了护肤圣品“蜂王乳”，所以更适合用来洗脸。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　238g
红棕榈油　143g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
水　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（甜橙）　19g
添加物（蜂王乳）　少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂条

## 前置作业

A 准备一些加入备长炭粉的黑色皂球。
B 在皂模上按照皂的大小标出切皂记号。
C 因为要做直立方向的造型，需调整皂模。将皂模的盖子或大小合适的珍珠板卡在皂模边，再铺上冷冻纸，就可以做出直立造型的皂啰！





做法

❶ 先依照“室温制皂法”（请参考第45页）制作橘色皂液，但不要搅至trace。

❷ 将所有的皂液分成九等份。首先倒出2/9的皂液，混入备长炭粉，打算做成小蜜蜂身上的两条黑纹。

❸ 接下来就是分层皂的做法。第一层是橘色，所以先分出1/9的橘色皂液，先搅至trace，并隔水加热后入吐司模。为了保持线条平整，入模时还须有良好的流动性。

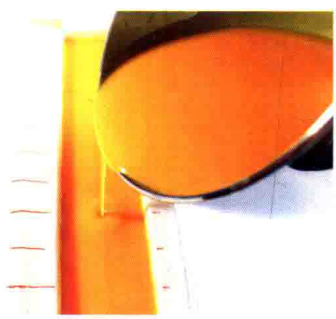
❹ 重复❸，完成同样1/9的第二层的黑色皂、第三层的橘色皂和第四层的黑色皂。

❺ 最后，将剩下的橘色皂液搅至trace，隔水加热后入模。

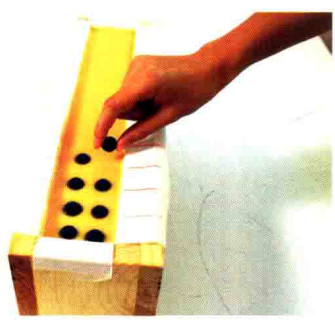
❻ 把备用的黑色皂球，沿着切皂的记号，两两放入每个皂的顶端。

❼ 入保温箱，保温24～48小时。

❽ 脱模，切皂。



❺



❻

做皂小贴士

要在同一锅制作多层皂的重点是“动作要快”，一开始油碱混合时只要均匀混合即可，不要搅拌过度，才有足够的时间完成所有的分层工作。



制皂难度指数 ★★★★★

# 玫瑰花园

“玫瑰花园”非常适合送给爱花、爱美的女性朋友。

会将手工皂捏成玫瑰花，其实是场误打误撞的美丽误会。有一次，脱造型模失败，我望着残缺的造型皂，心一横大刀一砍，打算切成薄片做出脆笛酥的效果。一时兴起，在脆笛酥手工皂外围覆上一片片的皂薄片，愈包愈多层，最后才发现，我竟然做出了一朵玫瑰花！

这真是难以置信！从小举凡美劳、手工或是女红，我都完全不擅长，就连现在家里的针线活也都是由老公全权打理（羞）。或许就像许多皂友因为做皂的缘故而开始学习摄影、美工设计或包装一样吧，做皂的确能激发每个人的无限潜力。

配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　11g
芥花油　8g
蓖麻油　4g
椰子油　8g
橄榄油　18g
棕榈油　11g
米糠油　11g
乳油木果脂　4g
氢氧化钠　9g
水　18g
超脂油（甜杏仁油）　4g
精油（玫瑰）　2g
添加物（粉红石泥）　少许

依照此配方可以做出重量达100g的皂块

做法

1. 先找一块粉色的皂加以切片，切成长方形。
2. 类似做纸黏土的方法，将皂捏扁一些。
3. 从一端慢慢卷起。
4. 卷到底，就成了一朵玫瑰。
5. 再切一片皂，捏扁后加到玫瑰上，多一层花瓣。













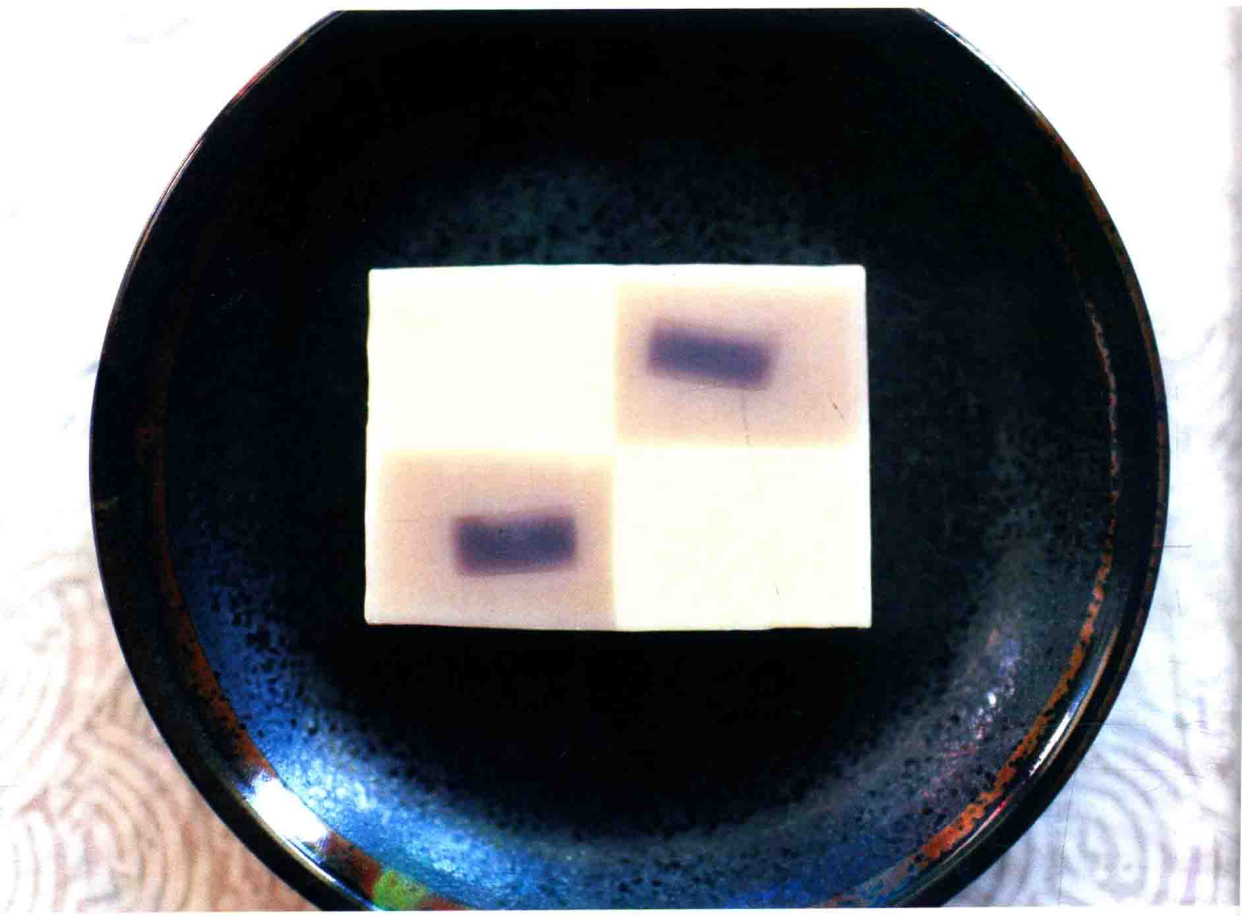







## 做皂小贴士

适合雕塑的皂必须软硬适中，建议可先切下包覆保鲜膜，等三星期至一个月后再来雕塑；或是照一般正常程序晾皂，然后将四周硬掉的皂切掉即可。



制皂难度指数 ★★★★★

# 方格皂

适合送给行事井然有序，喜欢中规中矩的亲友。

工学院出身的我们，对于一板一眼的东西特别有感觉。“把几何图形放入手工皂中，而且必须精准呈现”，这始终是很难达成的目标。也因此，市面上提供许多现成的亚克力模型，帮助我们轻松且整齐地办到分层和方格的手工皂效果，着实方便无比。

不过，秉持着勤俭持家的家训，只要自己可以DIY，我们就不会鼓励败家，毕竟手工皂强调手工制作，正是希望发挥手作精神。在此，我们将介绍不需要任何特制模型工具，也能做出精准的方格皂的方法。

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

浅紫色皂液（占1/2）

甜杏仁油　71g
芥花油　48g
蓖麻油　24g
椰子油　48g
橄榄油（紫草浸泡油）　65g
橄榄油　54g
棕榈油　71g
米糠油　71g
乳油木果脂　24g
氢氧化钠　59g
水　119g
超脂油（紫草浸泡橄榄油）　24g
精油（熏衣草）　10g

白色皂液（占1/2）

甜杏仁油　71g
芥花油　48g
蓖麻油　24g
椰子油　48g
橄榄油　119g
棕榈油　71g
米糠油　71g
乳油木果脂　24g
氢氧化钠　59g
水　119g
超脂油（甜杏仁油）　24g
精油（熏衣草）　10g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

前置作业

预先保留之前做皂切剩的紫草浸泡油做出的深紫色小皂条，两长条备用。



做法

❶ 用“室温制皂法”（请参考第45页），将有紫草浸泡油成分的配方打出浅紫色皂液至trace。

❷ 先将一半的浅紫色皂液入模，再放入两条深紫色皂条，然后轻轻将剩余的浅紫色皂液倒入。入保温箱。

❸ 静待两天，等皂硬一点后脱模，把皂纵面切开一半成为两条长皂条。

❹ 将其中一长条先放入皂模的一边。

❺ 切两块不用的皂，高度为步骤❸长皂条的高度，放在皂模的两端。

❻ 采用室温皂液步骤，将带有原色橄榄油成分的配方打出白色皂液至trace，倒入皂模的一半高度。

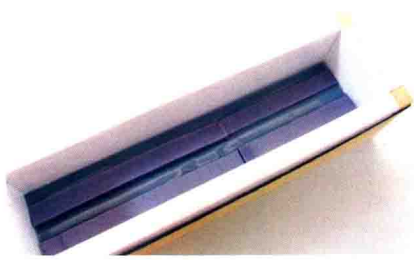
❼ 将❸的长皂条放入刚刚入模的白色皂液上。

❽ 将剩下的白色皂液倒入模。

❾ 入保温箱，保温24～48小时。

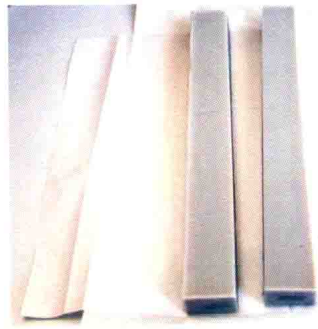
❿ 脱模，切皂。

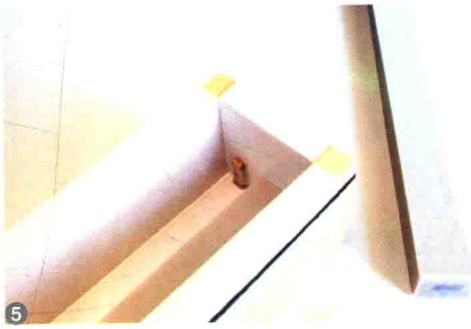


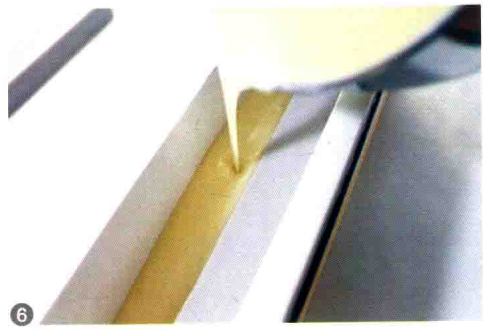



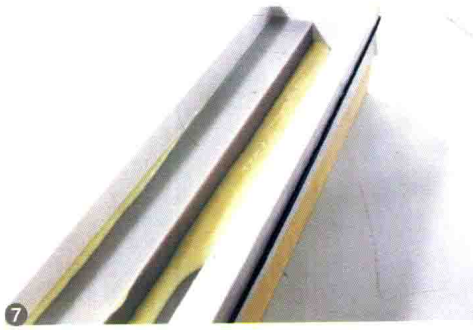



3

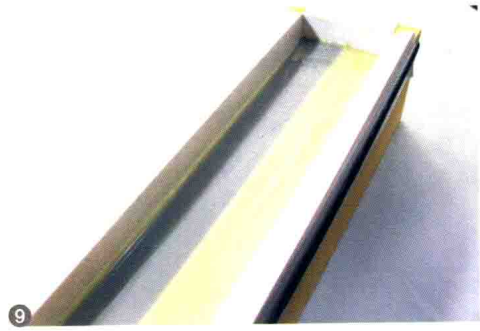



5


6


7


8


9

## 做皂小贴士

❺利用小皂块来控制位置时，可以先倒入一层薄薄的白色皂液在底部，将小皂块放上去，等比较凝固后，再继续❻，这样才不容易倾倒。


Merry Christmas

制皂难度指数 ★★★★★

# 姜饼屋

这款肥皂适合当作圣诞节的礼物，而且保证带来轰动，绝对能让大人小孩感到无限惊喜。



一年当中，圣诞节是我最期待的节日。家人相聚、朋友问候，温馨的圣诞节让寒冷的冬天变得温暖。

学校老师都会准备姜饼屋材料，在圣诞节前夕，全班一起制作姜饼屋。孩子的小手把房子盖起来，甜死人不偿命的糖霜变身成雪花，再加点小朋友最爱的糖果装饰，顺便放些小圣诞树和圣诞老公公，就成了好漂亮的姜饼屋。

不过，姜饼屋实在太可爱了，每年我们都舍不得吃，到最后圣诞节过了，姜饼屋也过期了，真的很可惜。于是我突发奇想用肥皂做个姜饼屋，没想到许多人还以为这可以吃呢！

## 配方

因为适合冬季使用，故采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）。

甜杏仁油　75g
芥花油　50g
蓖麻油　25g
椰子油　50g
橄榄油　150g
棕榈油　50g
米糠油　75g
乳油木果脂　25g
氢氧化钠　62g
水　94g
奶　31g
超脂油（甜杏仁油）　25g
精油（姜、甜橙）　共10g

依照此配方可以做出重量达500g的皂

## 前置作业

先利用浅盘制作厚度约0.5厘米的“墙壁”，皂液加入适量的可可粉，即可调成想要的木板色。
依照房子尺寸切出所需的四面墙和两片屋顶。

### 做皂小贴士

避免手工皂完成后产生白粉的方法，就是充分搅拌到trace，这样才不会出现白粉破坏美丽的造型。



❷

## 做法

❶ 先用“室温奶皂法”（请参考第50页），做出白色皂液。

❷ 待皂液比较浓稠后，倒入挤奶油花专用的塑胶袋里，装好花嘴，等待适合的浓稠度，准备挤花。

❸ 将事先准备好的四面墙壁，用挤花固定在姜饼屋的底座上，再依序黏合墙壁和屋顶。

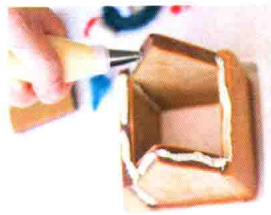
❹ 配合挤花做出白雪装饰房子，并加入适量的小装饰品。

❺ 晾皂30～60天后，即可送给亲友。


3










4



制皂难度指数 ★★★★★

# 小点心皂

这款皂其实不难，只是需要花些时间和耐心，但是完成之后的成就感非常高，装进礼盒送给朋友，更是能够带来惊喜和欢乐喔！

手作蛋糕的记忆，从很小就开始了。

因为妈妈是高中家政老师，我从小就喜欢和妈妈一起在家做点心。记得每次放学，我都会故意绕到妈妈的学校，然后在香喷喷的烹饪教室前东张西望。每次妈妈看到有个小身影在门外跳来跳去，马上就知道是我了，她会拿一些成品给我尝尝，让正好饥肠辘辘的我大饱口福，幸福又满足。

只是，妈妈从来没有教我挤奶油花，所以开始做点心皂前还稍微练习了力道，这样才能挤出好看的奶油花。

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　75g
芥花油　50g
蓖麻油　25g
椰子油　50g
橄榄油　125g
棕榈油　75g
米糠油　75g
乳油木果脂　25g
氢氧化钠　62g
水　94g
奶　31g
超脂油（甜杏仁油）　25g
精油（玫瑰）　10g

依照此配方可以做出重量达500g的皂

## 前置作业

A 制作小点心皂前，请先备妥做蛋糕用的挤奶油花嘴和三角塑胶袋。

B 利用每次做皂剩下的薄片或锅边的皂屑，捏制一些非常小的皂球或小玫瑰花。

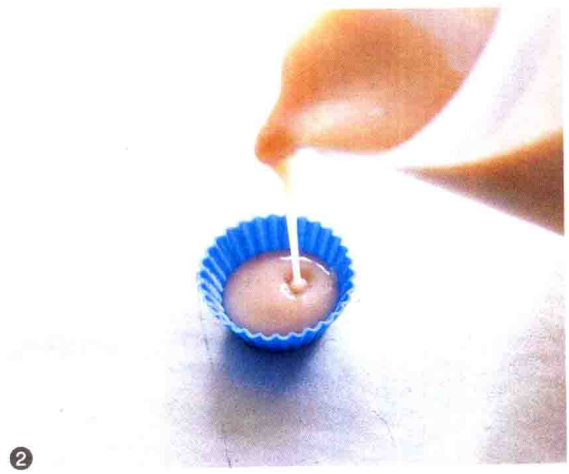
C 切些薄皂片，使用翻糖蛋糕用的压花器，压些小花备用。





做法

1. 先用“室温制皂法”（请参考第45页），做出白色皂液。
2. 先分一部分皂液加入可可粉，灌入小点心的矽胶模里当作点心底座。
3. 其他白色皂液灌入挤奶油花专用的塑胶袋里。等达到适合的浓稠度时，制作各式的挤花，并摆上小皂球和翻糖小花加以装饰。



❷



❸





## 做皂小贴士

要挤出好看的奶油花，需要先测试皂液的浓稠度。建议试挤几朵花，觉得线条稳定好看之后再开始做。



## 探索大自然

在化学清洁剂尚未问世之前，肥皂就存在于大自然中；同样的，在化学色素尚未出现之前，色彩早已存在于大自然中。许多植物的根、茎、叶、果皮等等，具备着丰富的色彩、香气以及珍贵的营养，这些都可以好好利用。

对于手作者而言，手工皂最棒的就是可以随性加入喜欢的花草，每天洗澡的同时就能接触天然的疗愈能量，对于个人健康和环境保护都有正向的帮助。

将大自然的精华入皂，有很多方法，例如将花草矿石磨粉加入皂液、放入油里浸泡、煮花草水取代水、捣成泥加入皂液、打成果汁取代水、使用花草萃取液取代水、添加天然精油等等，以上种种方法我们都在第一章介绍材料时提到。接下来，这一章将示范一些利用大自然原料制成的实际作品。




制皂难度指数 ★

# 备长炭皂

适合送给运动量大的阳光男孩。

备长炭粉属于白炭的一种，不会把水染黑，且具有“多孔质”（无数的小孔），能够吸收臭味、湿气、有毒物质，常见用于煮饭、泡澡和滤水器过滤水质。特别选用纳米级的备长炭粉入皂，洗起来没颗粒感，也非常容易搅匀入色，是我非常喜欢的一种天然色粉。

## 配方

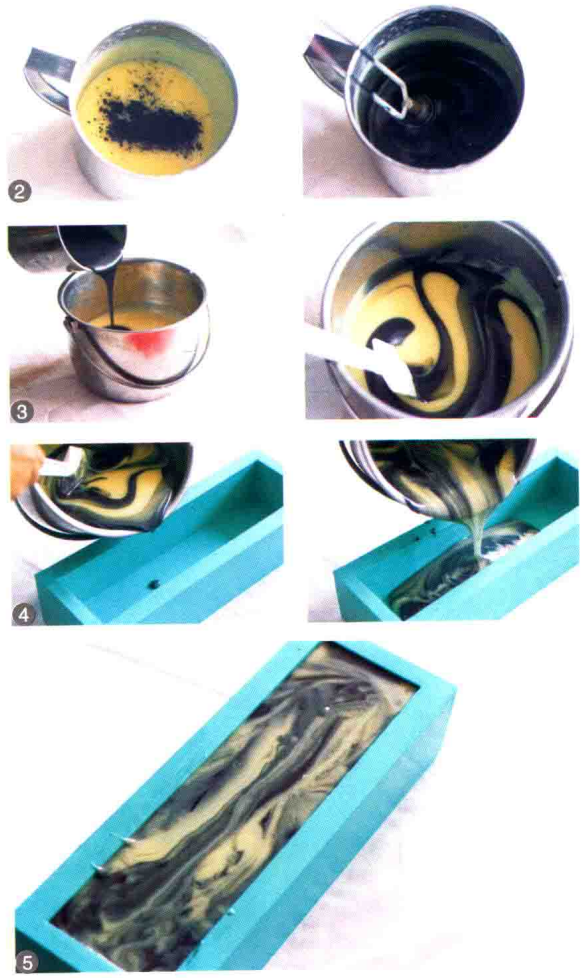
这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（雪松）　19g
添加物（备长炭粉）　适量

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 做法

1. 用“室温制皂法”（请参考第45页），打一锅白色皂液至light trace。
2. 将1/4的皂液倒入小杯，加入备长炭粉调匀，颜色调到黑色为止。
3. 将黑色皂液细细倒入原来的白色皂液中，轻轻搅动一下下即可。
4. 待皂液trace时，再将皂液入模，形成自然的纹路即可。
5. 入保温箱，保温24～48小时。
6. 脱模，切皂。



### 做皂小贴士

加入少量的备长炭粉即呈灰色，多量则为纯黑色，可以依照自己的喜好加以调整。




制皂难度指数 ★

# 茜草粉皂

适合送给喜欢可爱造型肥皂的少女。

茜草粉的颜色是粉红中带点橘，和一般的红石泥粉感觉不太一样，是我偏爱的天然色粉之一。对于血液循环很有帮助，此外对于跌打损伤、瘀血、风湿痛等等也具效果。

配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（葡萄柚、熏衣草）　共19g
添加物（茜草粉）　少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

做法

1. 先照“室温制皂法”（请参考第45页），准备好皂液到light trace。
2. 添加茜草粉，搅拌均匀到trace。
3. 倒入模型，敲出气泡。
4. 入保温箱，保温24～48小时。
5. 静置3～5天后，脱模。

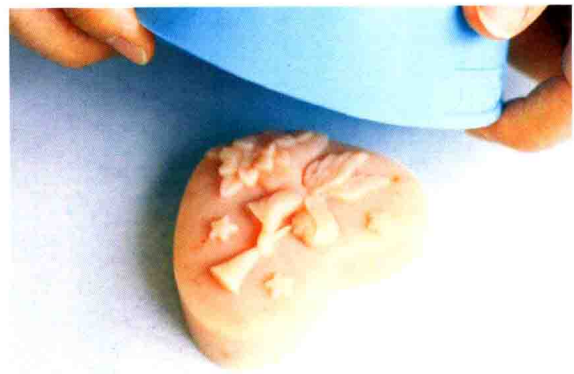






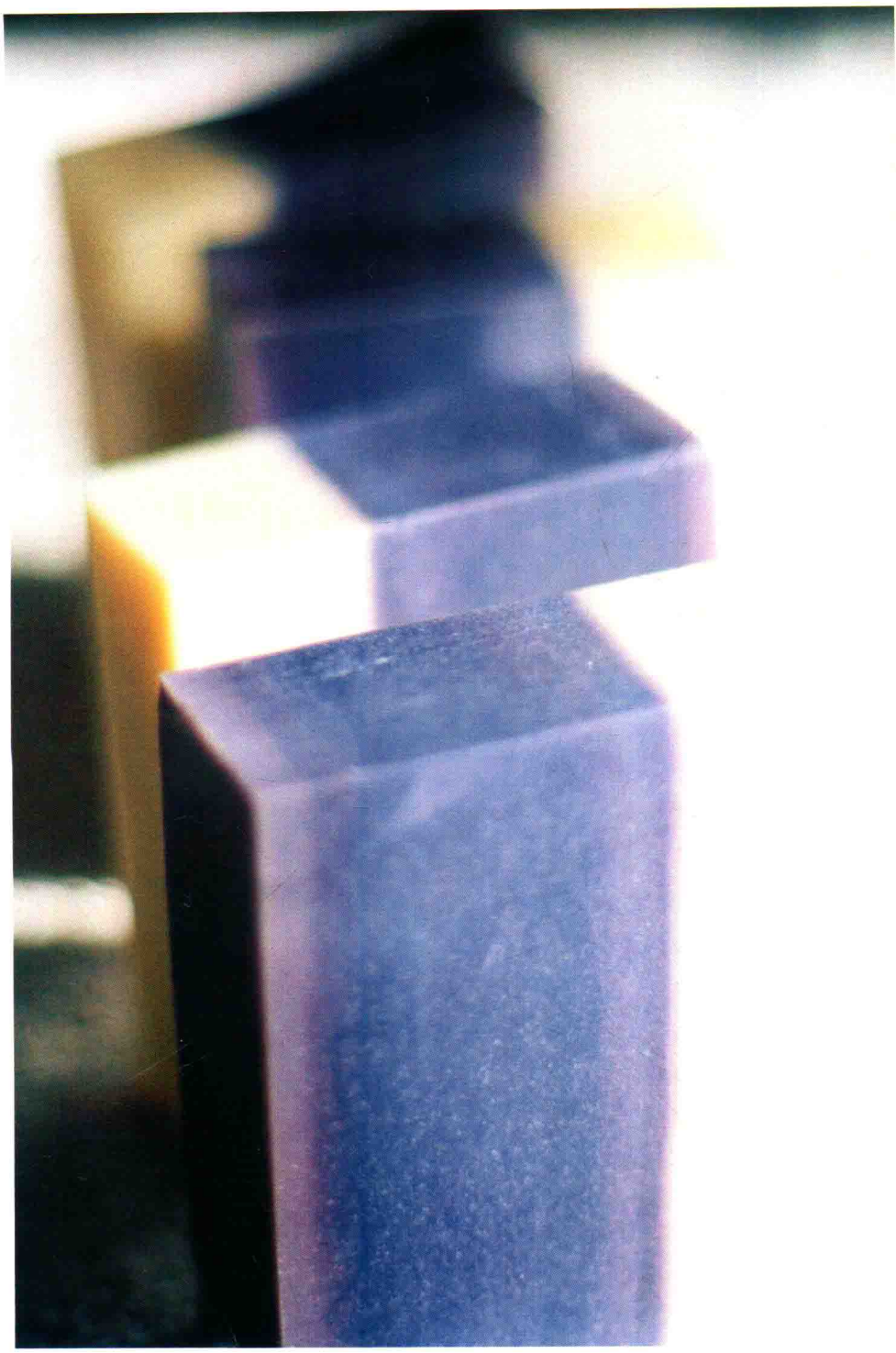




做皂小贴士

1. 为了让造型皂完美脱模，建议可以在脱模前冷冻，或是静置一星期以上，确定硬度和干燥度没问题之后再脱模。
2. 倒入模型时，应确保皂液呈高流动性，这样才不会有气泡卡在模型的花纹里。



制皂难度系数 ★★★

# 紫草双层皂

紫草这种中药药草，无论是内用或外服，其根或叶都对身体很好，特别是对于痘痘肌的清洁、调理、安抚、修复等，有着很好的效果。

紫草皂可说是最受欢迎的手工皂。如果不希望整块皂的颜色变得暗沉，建议调整比例为1/3做白皂、2/3是紫草皂，这样整块皂都变亮了。接下来除了示范紫草皂的做法，还会教你如何运用浸泡油做双层皂。我们必须将紫草根长期浸泡在油里，否则无法萃取出有益皮肤的精华，并且展现其迷人的色泽。我总爱趁做紫草皂时加入熏衣草精油，这可是最完美的组合。

## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g（80g原色橄榄油+158g紫草浸泡油）
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（熏衣草）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

A 有关浸泡油的制作请参考第一章。
B 确实过滤好紫草，浸泡橄榄油备用。



做法

1. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页），但先不要加入橄榄油、超脂油和精油，将皂液打到light trace的程度。
2. 将原色橄榄油倒入小钢杯中。
3. 将皂液的1/3倒入小钢杯，搅拌均匀（需先称大钢杯的重量，才能算出1/3的皂液重量喔）。
4. 紫草浸泡油倒入大钢杯中，打至trace后，加入2/3的超脂油和2/3的精油，搅拌均匀后，入模。
5. 小钢杯内的白色皂液也搅拌至trace，加入1/3的超脂油和1/3的精油，搅拌均匀后，轻轻用刮刀慢慢入模，才会形成整齐的分隔线。
6. 入保温箱，保温24～48小时。
7. 脱模，切皂。



1



2



3

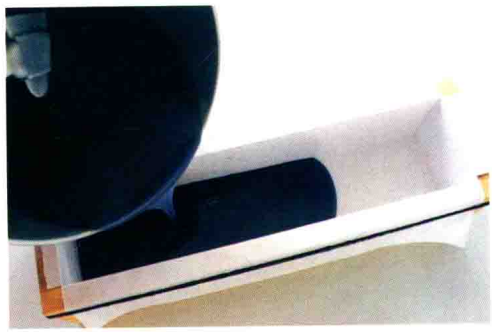
### 做皂小贴士

一开始在1没有加橄榄油就将油碱混合时，需要非常小心，尽量降低油和碱液的温度，皂液很有可能因为气温或其他原因而快速trace，所以要密切观察皂液黏稠的状态，并备齐其他用具和材料，以免手忙脚乱。



4







5



制皂难度指数 ★★★★

# 黄金皂

适合送给睡眠比较不安稳的孩童或老人家。

金盏花、洋甘菊、山金车都是对皮肤很好的花草，将这些花草浸泡到油里一段时间，会变成金黄的颜色，只要再加一点巧思，就可以让这块手工皂变得跟黄金一样闪亮喔！

## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g（1/4是金盏花浸泡油，3/4是洋甘菊浸泡油）
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（甜橙）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

A 依照第一章浸泡油的制作方法，准备好金盏花浸泡橄榄油、洋甘菊浸泡橄榄油以及山金车浸泡米糠油。
B 用剪刀剪碎洋甘菊花瓣。
C 切一些白色小皂块。


A


B


C

“金盏花”具有镇静、舒缓和治愈的作用，具有杀菌抗菌的疗效，帮助治疗创伤、割伤、昆虫咬伤，同时可舒缓刺激、红疹、轻度皮炎、日光灼伤和皮肤敏感。



“洋甘菊”有镇定与安抚功能，成分温和，特别适合婴儿及敏感性肌肤。



“山金车”具有疗伤止痛的能力，是登山者必备的草药。



做法

1. 先照“室温制皂法”（请参考第45页）准备好皂液，但先不要加上橄榄油，稍微搅匀即可。
2. 将金盏花浸泡油倒入小钢杯中。
3. 将1/4的皂液加入金盏花浸泡油，搅至trace，加入1/4的超脂油和1/4的精油，搅拌均匀。加入白色小皂块，稍微搅拌后入模。
4. 将洋甘菊浸泡油加入剩下的皂液，搅至trace，加入剩下的超脂油和精油，搅拌均匀后入模。
5. 最后将剪碎的洋甘菊花瓣洒在皂液上。
6. 入保温箱24～48小时。
7. 脱模，切皂。

### 做皂小贴士

1. 在做皂的过程中需要倒出一部分的皂液，所以应事先确认锅子的重量。
2. 这两层皂的颜色是靠浸泡油的颜色深浅来产生两层的效果。如果发现浸泡油的颜色太接近，可以在做第一层时加一些红曲粉，这样分层就会比较明显。



2



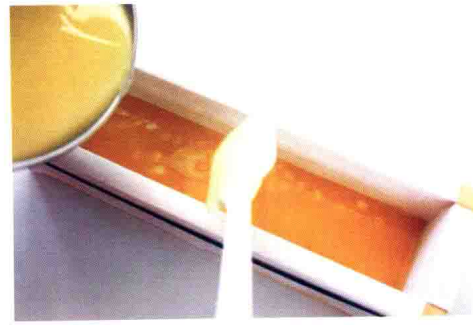




3



4





5



6



制皂难度指数 ★★★★

# 乌龙茶皂

乌龙茶经过发酵过程，儿茶素互相结合形成了乌龙茶的多酚类。多酚类具有抗氧化作用，是人体自由基的清除剂。

安妮的先生喜欢喝乌龙茶，每次回台总要带好几斤回美国。不过，有时真的买太多了，竟然过了保存期限。这时，安妮就发挥勤俭持家的主妇精神，把乌龙茶叶做成浸泡油。用乌龙茶叶来做浸泡油，可以泡出很浓的绿色。乌龙茶可以做出漂亮的绿色皂，如果家里有过期的茶叶，不妨试试看喔！

## 配方

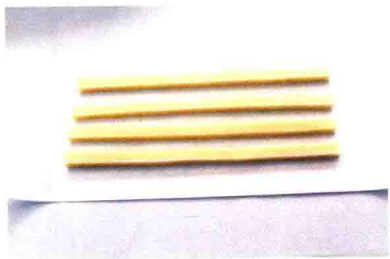
这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　238g（过滤后的乌龙茶叶浸泡油）
棕榈油　143g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
水　238g
小黄瓜水　60g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（雪松）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

A 先将乌龙茶叶的浸泡油过滤，可以参照第一章浸泡油的介绍。
B 准备几条淡色的皂条。



### 做皂小贴士

1. 通常我都会用咖啡磨豆机把乌龙茶叶磨碎，然后才泡入橄榄油。因为皂的绿色是来自叶绿素，所以晾皂时注意不要晒到太阳，避免太快褪色！



2. 加了小黄瓜汁，可以让皂液更翠绿，而且肥皂不易变黄，只会随时间慢慢变淡。

做法

1. 将小黄瓜切小块后，加一点水，用搅拌器打成汁。
2. 用咖啡的滤纸将小黄瓜汁的渣滤掉，备用。
3. 将过滤好的浸泡油用“室温制皂法”（请参考第45页）制作绿色的皂液至light trace后，加入小黄瓜水，搅匀。
4. 搅至trace后，加入超脂油和精油，搅匀。
5. 先倒3/5的皂液入吐司模。
6. 将淡色皂条排列在绿色皂液上。
7. 将剩下皂液轻轻倒入吐司模。
8. 入保温箱24～48小时。
9. 脱模，切皂。



1





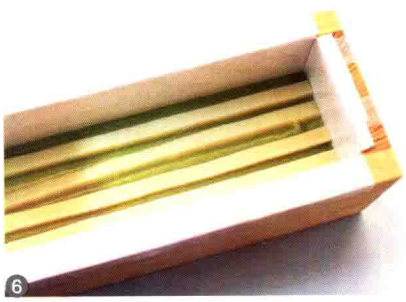
2



3



5



6



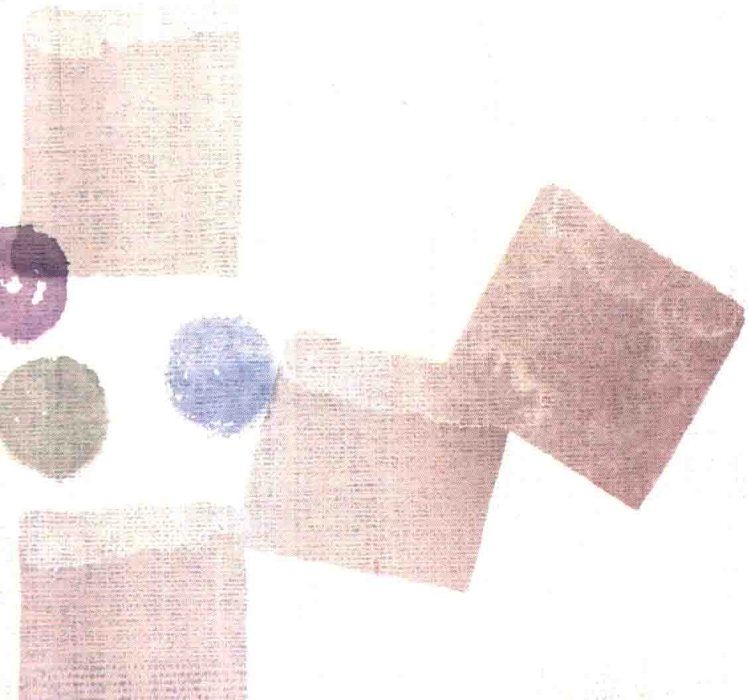
7

Chapter 4

# 乐活又环保！

“若我们把自己有能力做的事全部动手做出来，成果可能连我们本身都会大为惊讶！”

——爱迪生



## 家庭用品大变身

不知道你是否跟我有同样的困扰——就是觉得家里的杂物太多了！

尤其像我这种念旧、舍不得丢东西的个性，就更容易囤积许多其实已经没有用处的东西。幸好，踏入手工皂作的领域之后，就可以赋予这些已经被勒令退休的老物展开第二人生。例如老旧磨损的便宜锅子可以拿来搅肥皂、果酱吃光后的玻璃空罐可以装放浸泡油、塑胶药瓶或保鲜盒可以拿来分装一些香草粉或天然色粉，其他像是酸奶、果冻、饮料盒、包装纸盒等容器，只要形状讨喜，都可以当作肥皂的模型。

对于特别重视环保和喜爱DIY的朋友而言，应该会对接下来的内容相当感兴趣，而这也是我们很乐意分享的小贴士，让手工皂充满无限的想象力和创新乐趣！



制皂难度指数 ★★

# 莓果慕斯 果冻塑胶盒

利用回收容器来做皂，既环保又方便，只是需要花些时间和耐心，装进礼盒送人可说是非常可爱且讨喜喔！

超市里可爱的果冻、酸奶、布丁，是小孩子的最爱。对于爱做手工皂的朋友而言，则是“醉翁之意不在酒”，一边端详这些可爱的小盒子，一边思索如何让这些小盒子赋予肥皂新生命。

如果塑胶盒的大小可以一手掌握的话，就可以做成小皂；如果再大一点，就比较适合做需要再加以切块的蛋糕皂。在此，我们要介绍的是可以一手掌握的小皂。

## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

| 紫色皂液（占1/2） | | 白色皂液（占1/2） | |
|---|---|---|---|
| 甜杏仁油 | 38g | 甜杏仁油 | 38g |
| 芥花油 | 25g | 芥花油 | 25g |
| 蓖麻油 | 13g | 蓖麻油 | 13g |
| 椰子油 | 38g | 椰子油 | 38g |
| 橄榄油（紫草浸泡油） | 63g | 橄榄油 | 63g |
| 棕榈油 | 38g | 棕榈油 | 38g |
| 米糠油 | 13g | 米糠油 | 13g |
| 乳油木果脂 | 25g | 乳油木果脂 | 25g |
| 氢氧化钠 | 32g | 氢氧化钠 | 32g |
| 水 | 64g | 水 | 64g |
| 超脂油（甜杏仁油） | 13g | 超脂油（甜杏仁油） | 13g |
| 精油（玫瑰） | 5g | 精油（玫瑰） | 5g |

依照此配方可以做出重量达500g的皂

## 前置作业

A 用小果冻的造型模做几个小皂，或是用饼干模压出几个造型皂。

B 准备几个果冻、酸奶或布丁塑胶盒，洗净晾干。建议抹上一层薄薄的油，方便脱模。


A




B

做法

1. 用“室温制皂法”（请参考第45页），将有紫草浸泡油成分的配方打出紫色皂液至trace（有关浸泡油的制作可参考第二章）。
2. 将紫草皂液倒入塑胶盒中，大约是盒子一半的高度。入保温箱，保温。
3. 打一锅白色皂液，最后加入红石泥粉，拌匀。
4. 将红石泥皂倒入紫草皂的上面。
5. 放入事先准备的小造型模。
6. 入保温箱，保温24～48小时。等皂硬了，或放入冰箱冷冻一下，再脱模。

### 做皂小贴士

为了预防脱模困难，此皂采用较高比例的硬油，冷冻后脱模也是个好方法喔！



2





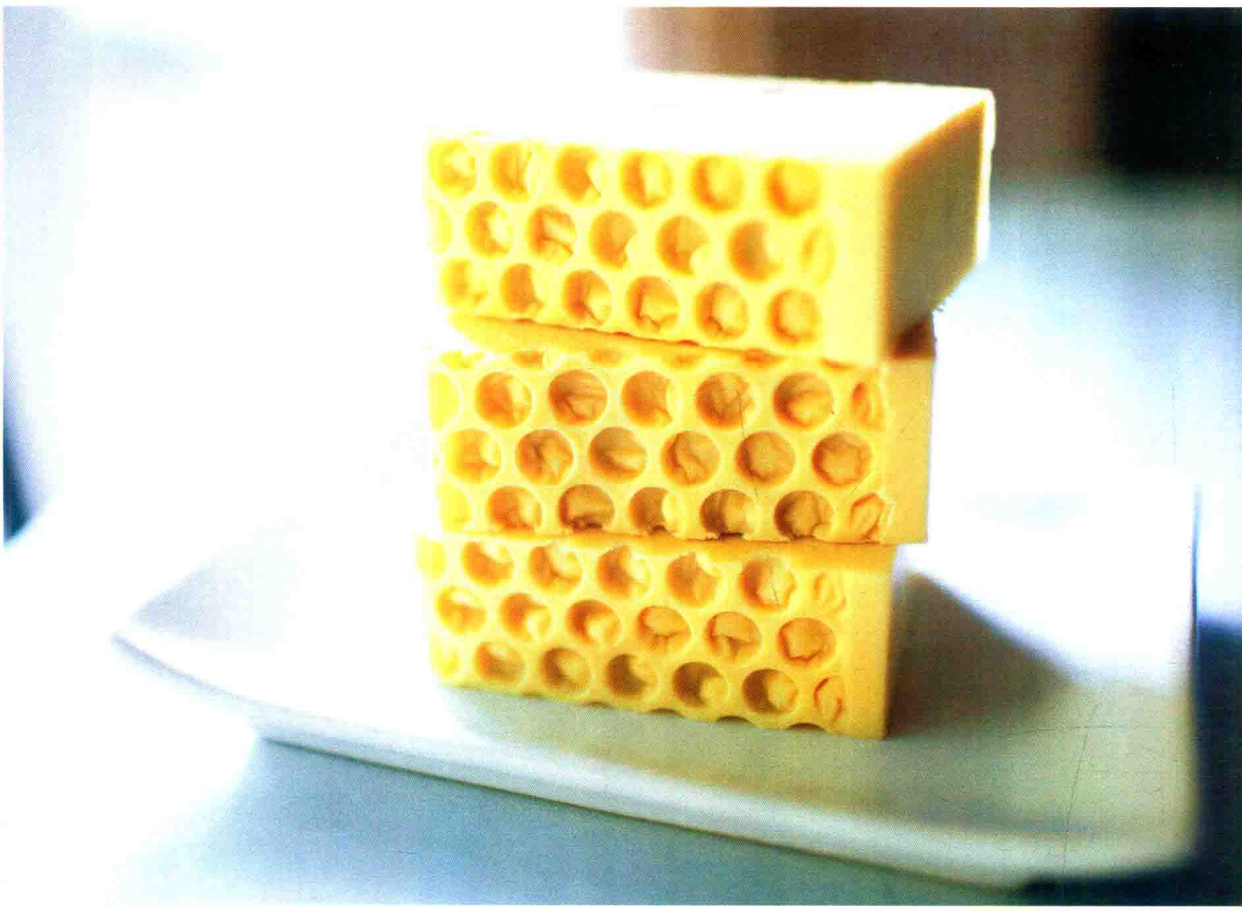
3



4



5



制皂难度指数 ★★

# 蜂窝皂 气泡布

这款皂的外形很像蜂窝，于是决定将蜂蜜入皂，既能增加皮肤的保湿锁水度，也能杀菌消炎，一举数得。

大家在收到网购包裹时，拆开外包装后一定会看到这个用来包装物品的好帮手——气泡布，我们也都会使用气泡布来当作寄送肥皂包裹的缓冲材料。但是，应该很少人知道气泡布也可以拿来做肥皂吧？！

气泡布由一颗颗圆圆的气泡组成，非常适合用来做成有一个个凹洞的肥皂，例如以蜂窝为主题的蜂窝皂。请挑选没有破损，每颗气泡都很饱满的区块，剪下来做皂。

### 配方

这一款皂既然是蜂蜜皂，所以就设计成适合秋冬时节的高保湿的皂，采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　285g
棕榈油　95g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
母奶　238g
超脂油（红棕榈油）　48g
精油（甜橙）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

### 前置作业

剪一片跟吐司模大小相若的气泡布，放在吐司模的底层。



#### 做皂小贴士

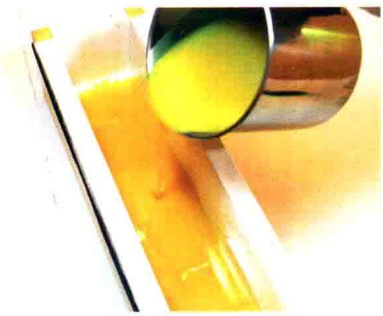
最好选用包装电器产品的气泡布，比较硬也比较挺。此外，建议最好多等几天才脱模，这样脱模后的肥皂才会更漂亮。

做法

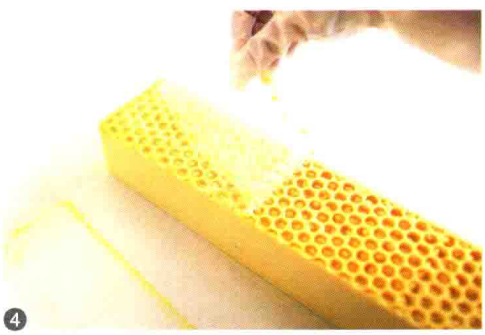
1. 依照“低温奶皂法”（请参考第48页），制作皂液至light trace。
2. 加入调匀的蜂蜜水。
3. 加入精油搅至trace后入模。入模时皂液要保持良好的流动性，以免有空气卡在气泡布上。
4. 母奶皂不需进保温箱，可以等一至两个星期，皂干一点后，再把气泡布撕下来。切皂。



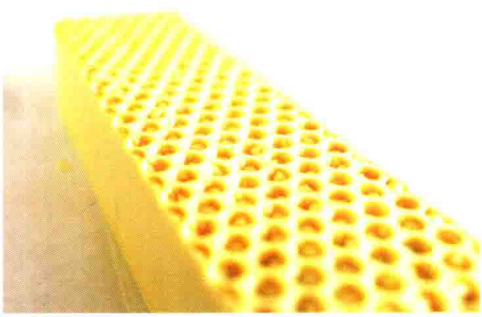
2

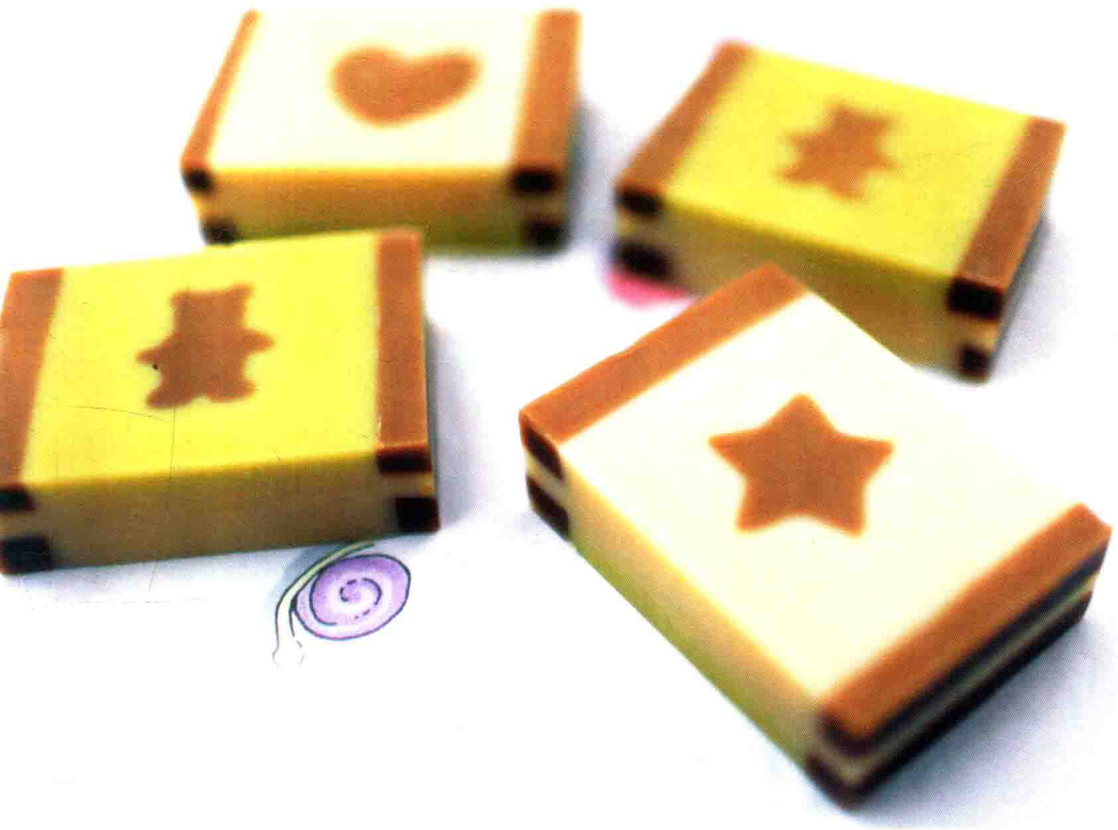


3



4





制皂难度指数 ★★★

# 小熊皂 饼干模

这款肥皂的制作时间会比较长，所以建议使用母奶皂的做法。

你也喜欢自己烤饼干吗?

在烘焙材料店里，我们可以买到各式各样不同形状的饼干模，不仅可以做饼干，还可以做手工皂喔！如果你喜欢做皂中皂，但却没有造型管模的话，饼干模可说是最好的选择。

找个假日，跟小朋友一起进行这项亲子活动吧！



## 配方

这一款皂设计成适合秋冬使用的母奶皂，故采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　285g
棕榈油　95g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
母奶　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（玫瑰）　19g

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

先用可可粉做一块棕色的皂，高度约为平常一般皂的一半，在接近熟成时用饼干模压出不同形状。如果要加边框的话，就切下一些长条皂。



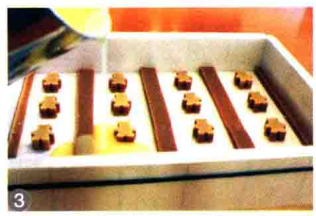


做法

1. 先在渲染皂模里排列饼干模所压出的模型皂。
2. 用母奶皂的“低温奶皂法”（请参考第48页），制作皂液至trace。
3. 将皂液倒入皂模里。先倒入半层，把小熊皂固定。确定不要有气泡卡在模型皂中。
4. 这时，再把上层的造型贴在小熊皂上。
5. 把剩下的皂液倒入，填满模型皂旁边的空隙即可。也可以加一些天然色粉，搅入剩下的皂液，变化出两层颜色的效果。
6. 母奶皂不需保温，等到3～5天后再脱模，切皂。












**做皂小贴士**

最上层的皂液可能会沾到造型皂上，所以切皂后需用修皂器修饰一下。



制皂难度指数 ★★★

# 圆形皂 灰色水管

适合送给期待诸事圆满的长辈。

除了制作规规矩矩的方形皂，偶尔也想来点变化，尝试制作一些圆形的手工皂。只是，管模脱模存在一定程度的问题，如果辛苦完成的肥皂卡在管子里出不来，那真令人欲哭无泪。

想要完美脱模，往往需要购买各种尺寸的硅胶管模或附推皂工具的亚克力模，但这样所费不赀，而且也不符合我们勤俭持家的家风。在此，我们要介绍如何用五金行就可以买到的灰色水管来做圆形肥皂。

制皂难度指数 ★★★

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油 44g
芥花油 29g
蓖麻油 15g
椰子油 29g
橄榄油 74g
棕榈油 44g
米糠油 44g
乳油木果脂 15g
氢氧化钠 37g
水 74g
超脂油（甜杏仁油） 15g
精油（玫瑰） 6g
添加物（红石泥粉） 少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

## 前置作业

A 前往住家附近的五金行购买不同尺寸的灰色水管各一，并请老板锯成大约30厘米的长度。
B 将投影片或L夹塑胶片放入水管，接缝处可贴胶带固定。
C 将灰色水管的底部以大片保鲜膜用力包紧，并沿着水管多处贴上胶带固定，避免皂液外漏。



做法

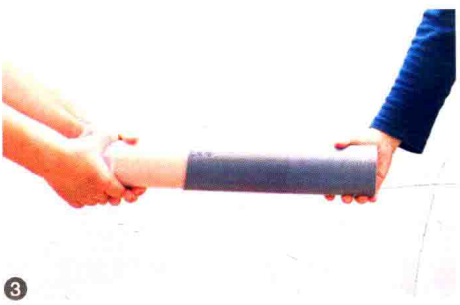
❶ 先依照“室温制皂法”（请参考第45页），制作皂液到trace的程度。

❷ 按照前置作业准备好模型，倒入皂液。

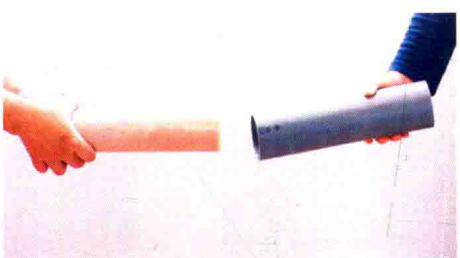
❸ 脱膜时需要两个人，一个人拿住水管，另一个人抓住皂，采取类似拔河一样的姿势，即可脱模。



❷



❸



做皂小贴士

除了可以放投影片帮助脱模，也可以放入有纹路的硅胶片，让手工皂变得更有特色！



制皂难度指数 ★★★★

# 涟漪皂 漏斗

涟漪皂是轮流将不同颜色的皂液倒入漏斗，捕捉自然流动的色彩变化，在肥皂上形成美丽的涟漪纹路。

漏斗是家中必备的厨房用品，也可以拿来当成制皂的好工具喔！想要做出很圆的涟漪皂，一定要先固定好漏斗，以免到时手忙脚乱变得措手不及，那样就糟糕了。
这是个极具成就感，而且制作方法很简单的肥皂，大家一定要来试一试。

配方

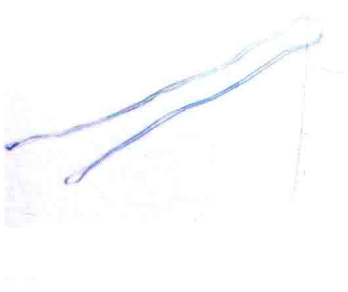
这一款皂的配色是大地色，因此设计成适合秋冬使用的母奶皂，故采用“干性肌肤配方”（请参考第41页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　95g
橄榄油　285g
棕榈油　95g
米糠油　143g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　119g
母奶　238g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（熏衣草）　19g
添加物可可粉　少量

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

前置作业

准备铝线材料，做成支撑漏斗的支架。

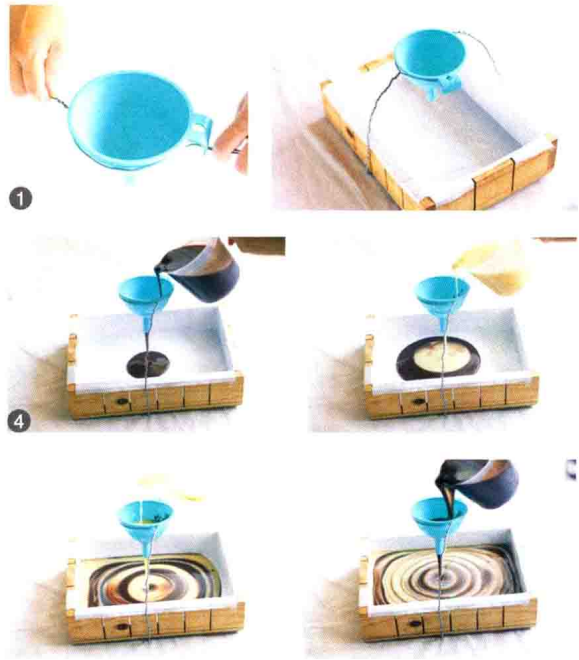


做皂小贴士

制作重点是一定要保持良好的流动性，而且配方和方法都要选对，千万不要让皂液太快凝固。

做法

1. 先准备渲染皂模，并架好漏斗。
2. 用“低温奶皂法”（请参考第48页），制作皂液至light trace。
3. 平均分装成两小锅，加入喜欢的天然色粉调色。
4. 将不同颜色的皂液轮流倒入漏斗中。
5. 母奶皂不需保温，静待3～5天后脱模，切皂。







制皂难度指★ ★★

# 花纹皂 蛋糕硅胶垫

适合送给正值花样年华的女孩。

常常觉得做皂和做蛋糕很像，流动的面糊、发泡的鲜奶油以及糖霜等等，这些都相似于皂液的质地，只是一个可以吃，而另一个不能吃而已，所以我没事就会跑去逛逛烘焙材料专卖店，希望借此激发一些新的idea。

“硅胶垫”就是用来制作翻糖蛋糕（Fondant Cake）的工具之一，如果把硅胶垫放在模型的最底层，就可以做出表面带有漂亮花纹的花纹皂啰！在这里提醒一下，记得要多放几天，等肥皂变得够硬之后再脱模，这样才会漂亮喔！

配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　143g
芥花油　95g
蓖麻油　48g
椰子油　143g
橄榄油　238g
棕榈油　143g
米糠油　95g
乳油木果脂　48g
氢氧化钠　121g
水　243g
超脂油（甜杏仁油）　48g
精油（伊兰）　19g
添加物（红石泥粉）　少许

依照此配方可以做出重量达1300g的皂

前置作业

先将硅胶垫剪裁成跟渲染模的底部大小相同，然后铺在渲染模底层。



做法

1. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页），制作皂液至light trace的程度。
2. 分成两锅，一锅加入少量红石泥调出粉红色，另一锅维持白色皂液。
3. 将粉红皂液倒入已放好硅胶垫的模型内，轻敲模型，让皂液中的气泡排出。
4. 再将白色皂液缓慢倒入模型，制作不规则分层。
5. 入保温箱24～48小时。可以静待一至两个星期后，等肥皂变干一点再把硅胶垫撕下来。
6. 脱模，切皂。







### 做皂小贴士

倒入图案比较精致的模型时，除了轻敲模型外，请尽量不要倒入过度trace的皂液。



制皂难度指数 ★★★★★

# 宁静海 玩具配件

利用孩子玩具中的小圈圈配件，制造坑坑洞洞的镂空造型，画面就像月球表面的宁静海。

这是一款“睹物思皂”的作品。

许多皂友大概也跟我们一样，只要看见盒子、模具，都会想要将其用来做皂，甚至连小孩的玩具也不放过，全都沦入制皂狂的手里。

这红色的小圈圈，是我家孩子的玩具配件，当初看它大小合适，可以做出一些镂空的效果，于是趁着月黑风高，把它悄悄入皂了。只是，尚未将小圈圈归还给儿子前，他每天看到玩具还镶在皂里，心里就感到一阵哀怨。

配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

紫色皂液（占3/4）

甜杏仁油　36g
芥花油　71g
蓖麻油　36g
椰子油　107g
橄榄油（紫草浸泡油）　249g
棕榈油　107g
米糠油　71g
乳油木果脂　36g
氢氧化钠　91g
水　183g
超脂油（甜杏仁油）　36g
精油（熏衣草）　14g

白色皂液（占1/4）

甜杏仁油　12g
芥花油　24g
蓖麻油　12g
椰子油　36g
橄榄油　83g
棕榈油　36g
米糠油　24g
乳油木果脂　12g
氢氧化钠　30g
水　61g
超脂油（甜杏仁油）　12g
精油（熏衣草）　5g

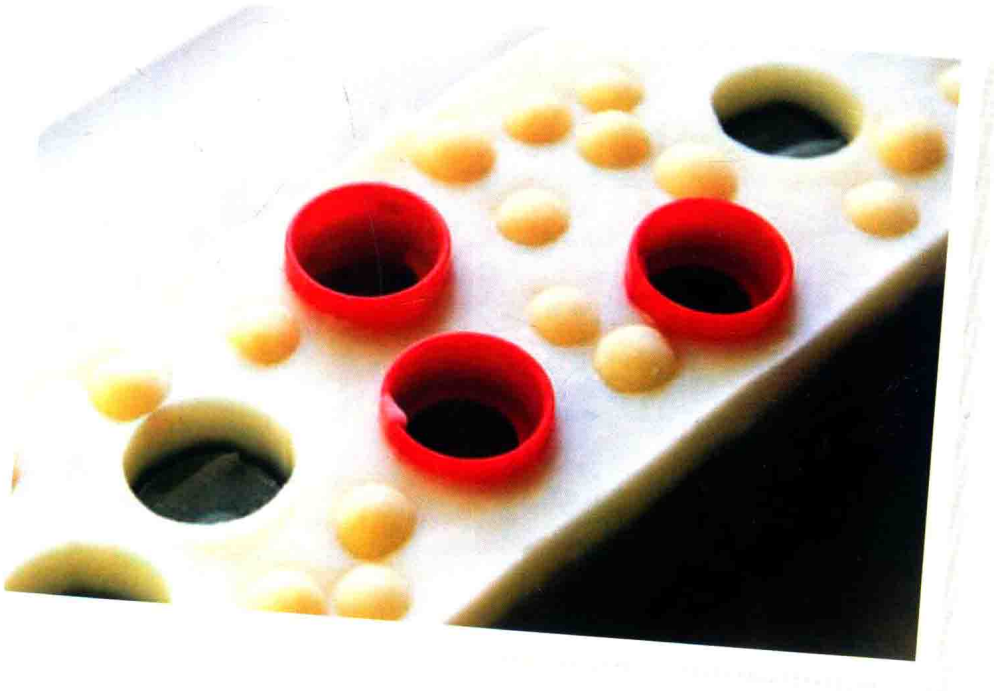
依照此配方可以做出重量达1300g的皂条

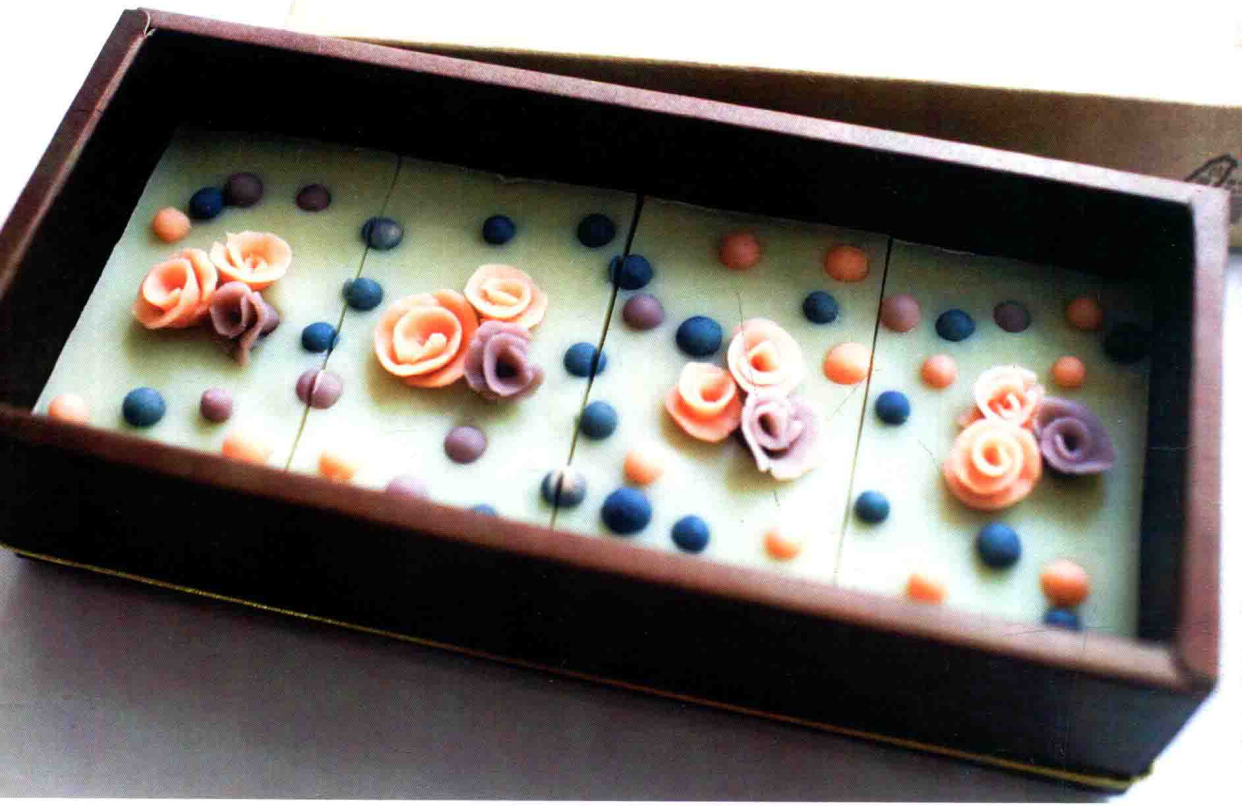
前置作业

A 先将小圈圈洗净擦干备用。
B 白色皂球备用。

做法

1. 用“室温制皂法”（请参考第45页），将有紫草浸泡油成分的配方打出紫色皂液至trace（有关浸泡油的制作请参考第一章）。
2. 将紫色皂液入模。
3. 再打一锅原色橄榄油的白色皂液。
4. 先将小圈圈轻压排列在紫草皂的上面。
5. 将白色皂液倒入模中，注意要避开小圈圈。
6. 洒上白色皂球。
7. 入保温箱，保温24～48小时。
8. 脱模时，小心地将小圈圈拔起来。





制皂难度指数 ★★★★★

# 实用皂模 礼盒

运用现成的礼盒当皂模，这样等到肥皂完成之后，就可以直接搭配礼盒送礼啰！

一开始，我们花很多钱购买皂模，但却经常买不到适合装入礼盒尺寸的皂模。后来我收集了许多漂亮的纸盒，并且觉得很适合当成礼盒送人，于是就想到直接拿纸盒当作模型，这么一来，将做好的肥皂直接放在漂亮的盒子里，稍微包装一下就可以送人了，既省钱又体面呢！

## 配方

这一款皂设计给中性肌肤者使用，所以采用“中性肌肤配方”（请参考第40页）。

甜杏仁油　44g
芥花油　29g
蓖麻油　15g
椰子油　29g
橄榄油　74g
棕榈油　44g
米糠油　44g
乳油木果脂　15g
氢氧化钠　37g
水　74g
超脂油（甜杏仁油）　15g
精油（玫瑰）　6g
添加物（苜蓿叶粉）　少许

依照此配方可以做出重量达400g的皂条

## 前置作业

A 请参考第三章玫瑰花园介绍的皂玫瑰的捏法，准备几朵皂玫瑰。又或是参考小点心皂所介绍，用翻糖蛋糕的压花器准备一些小花当装饰。

B 利用皂边搓出一些小皂球。（详细制作方法请参考第85页）



做法

1. 将礼盒铺上冷冻纸（请参考第16页）。
2. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页），制作皂液到trace，入模。
3. 迅速将玫瑰插入皂液里，再淋上小皂球。
4. 盖上一层保鲜膜，再放上礼盒的盖子。
5. 入保温箱24～48小时。
6. 脱模，切皂。

## 做皂小贴士

1. 如果担心皂液外漏，可以用胶带贴在冷冻纸的四个角落，或是铺一层保鲜膜在礼盒和冷冻纸之间。
2. 建议根据礼盒的大小来调整油量，通常一颗皂约需100g的油。只要稍微目测一下礼盒可以放入几颗皂，应该就可以决定油量了。
























## 手作礼物欢度节庆

不知从何时开始，我打从心里认为“最好的礼物就是自己亲手做的东西”。

无论买来的礼物多好、多美，都没有自己亲手制作来得独一无二。所以，我喜欢收到别人亲手做给我的卡片、手工笔记本、布包包、木工制品、饼干等等，当然我也喜欢将自己手作成果送给别人当礼物。创作手作小物时，我所投入的时间和心思，最能代表我对他／她的心意，甚至还可以量身定做，配合对方喜欢的风格、颜色加以设计。

接下来，我们要教你几款手工皂的包装技巧，让手作成品更令人眼睛为之一亮。



制皂难度指数 ★

# 香砖

适合送给喜欢家里充满舒服香氛的亲友。

许多人经常买了手工皂却舍不得用，想放在衣橱里当芳香剂。可惜手工皂不喜欢住在密不通风又闷热的衣橱里，而且手工皂往往没有添加防腐剂，反而容易因此变质。

如果你喜欢精油的芳香，但又不想购买市面上那些添加化学香精的衣橱芳香制品，建议你可以自己做香砖喔！挂在衣橱里面让衣服变得香香的，挂在门口也可以防止蚊虫进入屋内。如果放久了，觉得味道不够充足了，可以在香砖的表面刮一刮，香味就又出来喔！

配方

硬脂酸　30g
蜂腊　30g
精油　15g

做法

1. 将蜂腊、硬脂酸放入小钢杯量好分量。
2. 用小火加热到蜂腊溶化就关火。
3. 等到油品不烫手时，加入精油。
4. 小心倒入模型内。
5. 等待凝固，脱膜即完成。










做皂小贴士

做好的香砖可以穿个洞、挂起来，或是放在纱网袋中，让香气自然飘出来。




制皂难度指数 ★★★

# 专属肥皂

可将心里话刻印成礼物送给对方。

手作的可贵之处在于每一个作品都不一样，都是独一无二的，所以我们可以竭尽所能地增添作品特色。某次上网逛拍卖时，买到一种可以盖在饼干上的字母印章，标榜可以在饼干上刻出自己喜欢的文字，例如想对对方说的一句话、一篇诗篇、一个问候，甚至时下的流行语，只要你想得到，都可以当作礼物连同心意一起送给对方喔！

## 前置作业

A 准备已经熟成的肥皂。
B 字母印章（硬的）。

## 做法

1. 决定好想刻的文字，挑出印章字母来，依序排好。
2. 建议准备一面镜子，用来检查字母的方向是否正确。
3. 小心翼翼地盖在肥皂上即可。














制皂难度指数 ★★★★

# 爱在心里口难开

适合送给心中暗恋的他 / 她。

情人节要送什么？

从一开始经营手工皂品牌，我就一厢情愿地认定情人节一定是送礼的大日子，也推出一些情人节的主题礼盒。没想到，结果不如预期。后来我们慢慢发现，其实国人对于情人节送礼的习惯，还是停留在鲜花、巧克力，手工皂礼盒似乎未成气候，但是我们还是不放弃。

不过，由于国人喜好的情人节礼物较偏含蓄，对于送个大爱心手工香皂示爱，似乎会感到不好意思，于是我们就想到一个点子，适合给比较害羞或是想借机表白的朋友——表面看不到什么，但洗澡洗到一半，竟然可以发现肥皂里面的小秘密，这样不是很酷吗？



## 配方

这一款皂设计给油性肌肤者使用，所以采用“油性肌肤配方”（请参考第39页）。

甜杏仁油　45g
芥花油　30g
蓖麻油　15g
椰子油　45g
橄榄油　75g
棕榈油　45g
米糠油　30g
乳油木果脂　15g
氢氧化钠　38g
水　77g
超脂油（甜杏仁油）　15g
精油（玫瑰、甜橙）　6g
添加物（粉红矿石粉）　少许

依照此配方可以做出重量达300g的皂

## 前置作业

A 先准备一些有适当硬度的肥皂片。
B 准备“I ♥ U”的字母饼干模，或是想表达的文字，例如这里示范的“MARRY ME”。
C 在皂片上用饼干模压出文字。
D 取手边的小盒子铺上冷冻纸，并确定盒子的大小可以摆下所有文字。



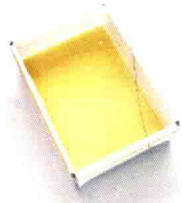

C

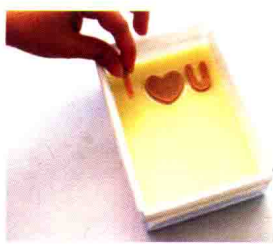
做法

1. 先依照“室温制皂法”（请参考第45页）打好一锅皂液至trace。
2. 倒一半皂液，慢慢把字母放在皂液上。敲出气泡。
3. 等待皂液凝固的同时，可以将杯子里剩下的皂液加一些色粉，搅匀。这里加的是粉红矿石粉，就可以做成双层皂。
4. 确定皂液稍微凝固之后，把剩余的皂液先倒入字母的小洞中，之后再整个倒入。
5. 轻敲小盒，将气泡敲出。
6. 入保温箱。
7. 等皂熟成后，可以包装起来，送给你想表白的对象。想象他／她慢慢洗后，里面的字有一天浮现时，将会多么感动啊！



2











3




4







7

## 做皂小贴士

1. 为了让文字更明显，记得颜色选择上要特别注意喔！
2. 可以用这个镶字的方法直接将字母镶在皂的表面，送上祝贺之词给你的好友，绝对是令人惊喜的好礼。




制皂难度指数 ★

# 护唇膏

适合送给冬天嘴唇容易干裂的朋友。

为了做肥皂而购买了一些原料，不过这些原料不仅可以用来做肥皂，也可以制作护唇膏。

市售的护唇膏为了延长保存期限，可能或多或少都会添加一些防腐剂。不过，制作护唇膏的难度其实不高，所以如果可以的话，建议尽量自己做会比较安心喔！

## 配方

蜂腊　10g
乳油木果脂　20g
甜杏仁油　20g
精油　10d*

此配方可做10管护唇膏

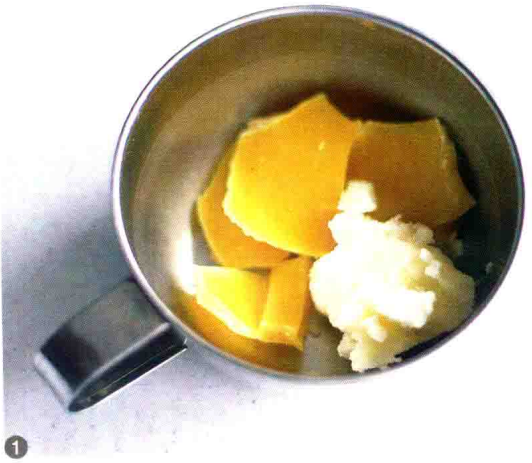
* d相当于滴，是台湾芳疗师使用的单位，和g的量有差别，通常用于微量的情况。

## 前置作业

准备护唇膏管（5g装）。

## 做法

1. 将蜂腊、乳油木果脂、甜杏仁油放入小钢杯量好分量。
2. 用小火加热到蜂腊溶化就关火。
3. 等到油品不烫手时，加入精油。
4. 小心倒入护唇膏管。
5. 等待凝固，封装，包装后即完成。

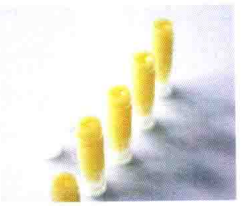


















## 做皂小贴士

乳油木果脂可用可可脂替换，甜杏仁油可用其他清爽的液态油或浸泡油替换，建议视手边现有的油品进行调整。




制皂难度指数 ★★★

# 手作卡片

很多人喜欢用蝶古巴特的拼贴方式玩布置，通常都是应用在木器、布料上，如果应用在纸上就成了漂亮的卡片，几乎可以以假乱真喔！

送礼时有没有附上小卡片，感觉真的差很多。把想和对方说的感谢写在卡片里，将会成为永远的纪念，像我就习惯把别人送我的卡片都留起来，等待老了之后可以慢慢回忆……

市面上的卡片琳琅满目而且超便宜，在印刷技术如此发达的现代，实在没有道理自己做卡片。可是，当你发觉自己常常买不到喜欢的卡片，例如风格不好、文字内容不是我想表达的意思时，这就是要自己做卡片的时候了。

真正的卡片设计行家，可是要砸大钱投资一堆行头，例如各式各样的印章、印泥、金粉、热风枪、打洞器、压模器等等。如果你也和我一样没本钱投资永无止境的新兴趣和新玩具，我们在此介绍最容易上手的卡片做法，而且会让很多人都误以为是买来的呢！

## 前置作业

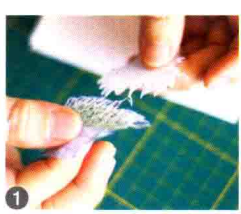
A 准备好市售胶水，将胶水稀释备用。

B 一支扁头水彩笔。

C 卡纸、印章、贴纸、蝶古巴特专用餐巾纸，可以随自己的喜好搭配。

## 做法

1. 先将选好的餐巾纸沿着图案小心剪下来。
2. 餐巾纸有三层纸，撕下有图案的那层备用。
3. 取最外层的图案在卡纸上排好，拿水彩笔小心地在图案上抹上稀释胶水液。
4. 待胶水干后，使用重书压住一天，再加上印章或手写文字、贴纸等等装饰，这样就完成了。











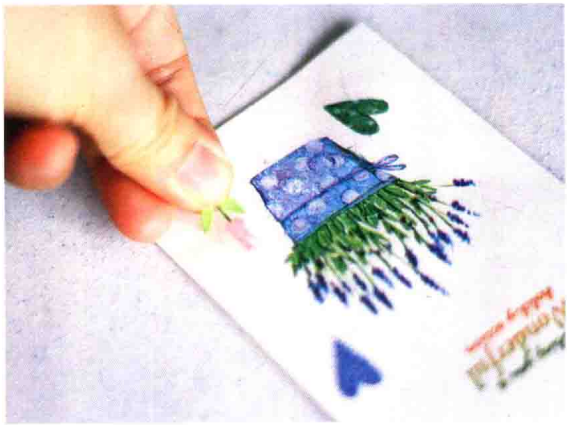












## 做卡小贴士

如果你是初学者，建议先选用小的图案慢慢贴上，比较不容易失败喔！




制皂难度指数 ★★

# 礼盒包装

不过度的包装，肥皂礼盒是最自然健康的礼物。

做皂真的可以激发个人潜力，我其实不是个手巧的人，但为了能让皂宝宝可以变得更出色，适度的包装相当必要。我喜欢的包装风格是极简、不繁复，否则过度包装反而抢走了肥皂这个主角的光彩。所以，通常我会选用上盖透明的纯白纸盒，再加上牛皮纸丝缓冲，搭配样式简单的缎带，这样卡片就完成了。并不需要花很多钱，但又可突显自己的风格喔！

### 前置作业

A 制作手作卡片。
B 准备缎带、牛皮纸丝、麻绳或拉菲草、空礼盒。
C 将牛皮纸用碎纸机碎成2mm长条状。



### 做法

1. 把纸丝放入纸盒，尽量塞满。
2. 把肥皂放入盒子内。
3. 绑上拉菲草或是缎带。
4. 搭配适合的卡片，准备送礼啰！







3








4

